

Nieuwe Westerse Alchemie, gnostiek en overgave.

Bewuste ego desintegratie

en integratie van

en naar het Zelf



Zeist, 18 juni 2010

Executive summary:

Waarbij de westerse wetenschap aan de buitenkant of cognitie veel kennis heeft opgebouwd, blijft aan de binnenkant weinig over. Toepassing van toestandsdiagrammen uit de natuurkunde op de verwording en wording van de psyche leveren een aantal verassende inzichten op.

De energetische effecten van de geboorte leveren een vergelijkbaar proces als een trauma. Bij beiden vindt een onbewuste initiatie in de psyche plaats. Een natuurlijk vervolgproces is de volmaking van de ego en personae structuren, als bouwwerk naar de buitenkant, bovenop de geactiveerde energieën en archetypen. Qua therapeutische benadering wordt de benadering gericht op symptoombestrijding vergeleken met een analytisch psychologische. Waarbij de symptomatische benadering de symptomen alleen wegdrukt door de energie dieper de psyche in te werken, verschaft de analytisch Psychologische weg bewustzijns groei en inzicht voor de weg terug naar de volle overgave en daardoor -levensbeleving; de oude gnostische weg van de Logos; de LOGische weg, de bewuste overgave aan de psyche. Uit drie voedingsbodems wordt kennis gecombineerd: natuurkunde, Jungiaanse analytische psychologie en oude gnostiek, ter formulering van een nieuwe westerse, wetenschappelijk passende Alchemie.

Voor Johanna, kennis is prima, het doel is slechts de beleving van meer leven en liefde.

Met dank aan:

Laurens Wolters, Harry Rump, Cornelia Reimerink, Hendrik-Jan Houthof, Heidi van der Hart-Zessen, Ko Vos, Jacob Slavenburg et al voor hun vele kostbare lessen op het Jungiaans Instituut. Ook dank aan de vele andere leraren, zoals Joke Oskamp, Marcel Derkse, Jan de Dreu, Anne de Wit, Paul Edauw, Shefa Gold, en last but not least mijn ouders en kinderen Bob en Emma voor de kostbare levenslessen.

Stellingen:

- De moderne gezondheidszorg is ten diepste niet geïnteresseerd in het welzijn van de individuele mens, maar eerder in het oplossen van relatief eenvoudig behandelbare symptomen. Gebrek aan individuele levenszin, -wil en -vreugde zijn moeilijk diagnostisch causaal eenduidig te meten (DSM IV), maar zijn een toenemende spanningsrealiteit met vele expliciete en impliciete slachtoffers buiten het bewustzijn van de gezondheidszorg. Het inperken van de vergoedingen voor psychotherapie door verzekeraars is hierbij een ernstige maatschappelijke verschraling door haar ontkenning van het belang van de psyche en haar beperkte oppervlakkige mensbeeld. De vraag wat erger is: een gebroken been of gebroken levenswil, dringt zich hierbij op. Maatschappelijk gezien zal de laatste waarschijnlijk niet alleen een meerjaren problematiek meebrengen, maar zich ook als olievlek in de gezinnen en de sociale omgevingen doen gelden en daardoor dus ook aanzienlijk meer individuele levensschade opleveren.
- Volledige ontkenning en -dissociatie is enerzijds een stapsgewijs beschermingsproces van het innerlijk kostbaarste zelf en anderzijds daarmee de kristallisatie van (on)bewuste ontkenning die een mogelijk bewuste weg naar integratie en volheid vrij kan maken; de weg van de LOGOS of wel de LOGische weg. De bewuste weg van kenning, van binnenuit terug door de personae heen, door het ego en de eerdere existentiële ervaringen terug naar buiten, naar de ervaring en beleving van de LOGOS (of Zelf) binnen. Zo binnen zo buiten!
- Ieder bewuste mens in deze wereld heeft een zekere afstand tot het Zelf, door aanpassing aan de omgeving. Hoe groter de afstand, hoe groter het mogelijke innerlijke bewustzijn in de kiem. In de huidige westerse maatschappij neemt de gemiddelde afstand tot de psyche nog immer toe. De toenemende (onbewuste) psychische spanningen daarbij leveren een immer groter appèl tot westerse bewustwording; "Als U Uw bril in het westen verloren bent, zoek hem dan niet in het oosten"; Een westers analytische en meer wetenschappelijk passende weg terug, terug door het labirint van de westerse verwording; moderne westerse Alchemie.
- De grootste gekte in deze wereld is een maat van de afstand tot het Zelf en haar dagbeleving.
- Koester Uw trauma's als geschenken, zij zijn de diepste menselijke ervaringen die roepen om bewustwording, overgave en psychische opstanding. In haar zijn de waarachtige levenskiemen te vinden, zij zijn het zaad van de kennisweg naar de ervaring van volheid en overvloed in dit leven. Deze als stukjes brood en broodkruimels te eten, te verteren als voeding voor de levensvis, de Logos in het water van de psyche, tot innerlijke overgave en lopen met- en op dit innerlijke levenswater. In een dubbelbewustzijn te leven tussen dag en nacht, zich gedragen te weten door dit levenswater.

Voorwoord

In een droom (9 mei 2010) ben ik een tentamen aan het afleggen op de technische hogeschool. Het tentamen bestaat uit 3 vragen waarvan de eerste begint met de 12 tekens van de dierenriem. In de droom heb ik hiertegen een enorme weerstand (die ik overdag zelf ook ken) en besluit weg te lopen bij het tentamen. Als ik dan weg ben en verschillende mensen ontmoet waaronder een bijzondere vrouw, besluit ik dat ik toch het examen wil doen. Ik ga op weg terug ..en wordt wakker....Dit werk is een uitwerking van dit droombesluit.

Met gespannen verwachting heb ik jaren gewacht op de vertaling van het Judas evangelie, de goede boodschap van Judas. Na de verschijning van de Nag Hammadi geschriften voor het eerst bij Brill in het Engels is mijn interesse extra gewekt voor de oude gnostische kennis. Het Judas evangelie is hierbij voor mij het meest interessante van de gnostische evangeliën, omdat het direct met de moeilijkste stap van de innerlijke opstanding door de dood heen te maken heeft. De opstanding door de grootste levenspijnen heen. Enerzijds de afscheiding van "God" en haar existentiële eenzaamheid en anderzijds door die innerlijke doodservaring terug. Het is over deze twee laatste sleutels dat dit werk gaat.

Deze weg is in feite de oude gnostische weg, zoals onder andere ook in de Nag Hammadi geschriften en culminerend in het Judas Evangelie, is beschreven. Vanuit mijn eigen analytische scholing en analytische psychotherapeutische ervaringen zal ik de parallellen in een aantal settings weergeven. Het gaat hier om de logische weg, de weg van de logos. Dit Logos begrip is door de cognitieve en droog wetenschappelijke kennis verschaalt tot een mechanistische duiding van oorzaak, gevolg en herhaalbare feiten. De dupliceerbaarheid van de echte LOGICA is moeilijk gezien de persoonlijke verschillen in ieder mens en haar individuele menstypen. Ieder stap terug op de weg naar volheid is niet herhaalbaar en dupliceerbaar als zij een ervaringsfeit is geworden.

Deze scriptie is een onderdeel van de leerweg zoals die door het Jungiaans Instituut wordt aangeboden. Een synthese van Jungiaanse analyse met persoonlijke ervaringskennis en – wetenschappelijke achtergrond. Het werk ansich is daarmee een bewust verwerkingsproces en een condensatie van de daarmee opgedane kennis. Mogelijk opent het deuren naar een bewustere westerse benadering van de diep bewuste levensstypen zoals diegenen waarbij de levenszin uit de oppervlakte verdwenen is en zich in de diepten van de ziel heeft teruggetrokken, om dit meest kostbaar sensitieve te beschermen en te behoeden...opdat dat kostbaarste, als oogst, in deze wereld meer aanwezig mag worden. Dit is de schriftelijke bespiegeling en innerlijke dialoog als een individuele leerstap op de levensweg terug. Haar energetische benadering levert een ingang tot een westers alchemistisch*, natuurkundige gnostische benadering naar vollere ervaring van de psyche en daarmee het leven zelf.

Robbert van Leerdam

* **alchimie** (van Arabische *الكيمياء* *al-kīmiyā'* : de „kunst van transformatie.“)

Hoofdstuk 1 Inleiding

Droom, mei 2002:

Ik ben in een bloemenwinkel, de schappen zijn leeg, alleen één bloem is nog overgebleven, omdat niemand hem wilde hebben, vanwege zijn moeilijkheidsgraad en zware weg.

Ik zeg tegen de bloemenstal eigenaar “geef hem maar aan mij, want ik weet dat als ik hem voed met drie verschillende soorten aarde, dan kan ik hem tot bloei brengen”.

In 2007 ga ik naar een bloemenwinkel en vraag of ze deze bloem hebben. “Ja”, zegt de eigenaar, “alleen als snijbloem, het heet een Strelitzia Regina, of wel paradijsbloem”. “Weet je wat het bijzondere is van deze bloem als bol? Dan kan zij twee keer bloeien, als je haar goed verzorgd”.

Volgens de Duitse filosoof Achenbach moet je je eigen leven niet met een vergrootglas bestuderen maar juist in een breder perspectief plaatsen. Dat geeft je een betere kijk op de wereld en jezelf. Thinking, not shrinking! Vanuit deze gedachte betreden we drie ruimtes:

1. De natuurwetenschappelijke benadering met een energetisch toestandsmodel
2. De psychische ruimte en Jungiaans analytisch psychologische benadering
3. De oude gnostische kennis in oost en west, met een aantal Soefie verhalen en oude Christelijke gnosis uit recent herontdekte werken, zoals het Judas evangelie.

In hoofdstuk 2 wordt het toestandsmodel uitgelegd en een eenvoudig concept van psychische energie toegepast. Het concept van psychische compressie wordt gebruikt als ingang voor de belevingsspanning. Energetisch worden effecten als Post Traumatische Stress en zijn effecten op beleving en bewustzijn uitgelegd.

In hoofdstuk 3 wordt de ontwikkeling van bewustzijn voor de geboorte en de effecten van de geboorte met het energetische toestandsmodel uitgewerkt. De onbewuste psychotische beleving van de geboorte leidt tot de overdracht en de daarbij horende activatie van de ego- en personastructuur.

De effecten van een jeugdtrauma worden in hoofdstuk 4 gepresenteerd culminerend in een volledige neurotische afsluiting van het Zelf, het zelf in de schaduw, in hoofdstuk 5; de Zelf crisis. In hoofdstuk 6 wordt de weg terug naar de beleving behandeld, een weg ter bestrijding van symptomen, symptomatisch, die bewustzijnsverlagend werkt en een psychocentrische weg. De weg waarbij de psyche centraal staat, analytische psychologie, die bewustzijns verhogende en versterkend werkt. Als laatste wordt in hoofdstuk 7 de stap tot overgave besproken, waarbij de psyche volledig bewust centraal gemaakt wordt; van egocentrisch naar psychocentrisch; de Judas stap.

http://nl.wikipedia.org/wiki/Strelitzia_reginae

De **paradijsvogelbloem** (*Strelitzia reginae*) is een forse, tot 2 m hoge, [overblijvende plant](#). De bladsteel is tot 1,2 m lang. De [bladeren](#) lijken op die van de [banaan](#) en groeien in twee rijen. De bladschijf is langwerpig, 20-70 cm x 6-15 cm groot, leerachtig en stijf met een dikke middennerf en vele dunne zijnerf.

De [bloemen](#) gaan na elkaar open. De [bloeiwijze](#) heeft een bootvormig, 12-26 cm lang, vaak haaks afstaand, grijsgroen en vaak roodgerand [schutblad](#), waar aan de bovenzijde 1-3 oranje en violet gekleurde bloemen uitsteken. De bloem bestaat uit drie vrije, 8-12 cm lange, oranje [kroonbladeren](#) en drie violette kroonbladeren, waarvan er twee spiesvormig rond de [stijl](#) en de vijf [meeldraden](#) zijn gevouwen. Het derde violette kroonblad is veel kleiner. De [vruchten](#) zijn leerachtige, driehokkige [doosvruchten](#) met veel [zaden](#) met een oranje aanhangsel.

De naam paradijsvogelbloem is gegeven doordat de bonte kleuren doen denken aan [paradijsvogels](#). De bloemen worden in hun oorsprongsgebied ook daadwerkelijk bestoven door vogels. De paradijsvogelbloem is afkomstig uit [Zuid-Afrika](#). Hij wordt wereldwijd in ([sub](#))[tropische](#) gebieden gekweekt. In België en Nederland kan de paradijsvogelbloem in de [gematigde](#) of [warme kas](#) worden gekweekt.

Agenda:

Executive summary	2
Stellingen	3
Voorwoord	4
H1. Inleiding	5
H2. Concept en modelvorming	
2.1 Introductie van het model	7
2.2 Psychische Energie	8
2.3 Post Traumatische Stress en opgeslagen Energie	10
2.4 Gedragsinvloeden van de opgeslagen spanning en energie	11
2.5 Bewustzijn en Jungiaans gevoeld tonus complex	12
H3. Ontwikkelingsstadia	
3.1 De prenatale ontwikkeling	13
3.2 Natale ontwikkeling	14
3.3 Effect van organische groei	16
H4. Jeugdtrauma en activatie	
4.1 Versnelde activering door een jeugdtrauma	17
4.2 Cumulatief effect van traumabelevingen	19
H5. De zelf crisis (het zelf in de schaduw)	
5.1 Volledige zelfontkenning en zelfmoord	20
5.2 Wegen naar oplossing	20
H6. De terug weg	
6.1 Symptomatische benadering	21
6.2 Psychocentrische aanpak	23
H7. De judas stap	27
7.1 De dood- en levenervaring	27
7.2 De doodervaring	28
7.3 Tussen samenvatting	28
7.4 De gnostische mens en de gruwel	29
7.5 Alles terug	31
7.6 Hoe verder	31
<i>The Poet and the Physician</i>	33
Literatuur opgave	34
Bijlage 1:	
Eigen verhaal:	
Jeugdtrauma	35
Het begin van wederkeer	36

Hoofdstuk 2 Concept en modelvorming

Een concept is behulpzaam om een onbekende ruimte te betreden, dit is het zelfde als cognitieve houvast dat iedere goed bedoelde opvoeder zijn kinderen mee probeert te geven. Ieder concept heeft zijn beperkingen, omdat de psyche, met haar fluïde natuur en haar belevingsrealiteit oneindig flexibel is en dus niet in een statisch model te vatten is. Ik zoek hierbij niet een cognitief model, maar juist een dynamische verbinding naar de zich als vloeistof bewegende psyche. Een algemeen bekend model hierbij is het Alchemistisch vat., met inhoud, begrenzing en toevoegingen. Hiernaast is een afbeelding uit de Splendor Solis; Saturn, Dragon and Child). De oude Alchemisten hadden nog geen goed energiebegrip en konden dit dus ook niet in een concept meenemen. De natuurkunde heeft het begrip Energie in zijn verschillende facetten in gebruik, als een soort ruilmiddel voor materie-, tijd- en ruimte transformaties. Om bij de verworping van onze westerse maatschappij aansluiting te zoeken, als een brug terug, is een psychisch energetisch model nodig. C.G. Jung heeft hierbij het begrip Libido als psychische energie verder geïntroduceerd, zonder dit evenwel goed uit te werken. Energie gaat nooit verloren is een van de natuurkundige hoofdwetten en geldt als basis voor energie omzettingen. Via het begrip psychische arbeid zoeken we aansluiting bij het energiebegrip.



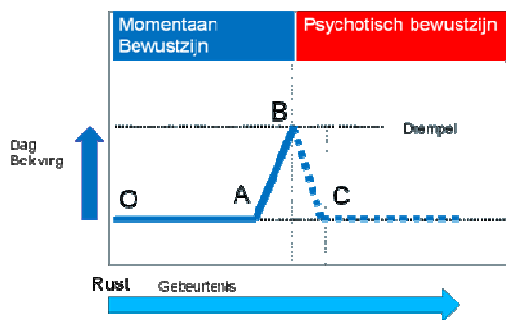
De wet van behoud van energie houdt in dat er geen energie kan verdwijnen of ontstaan. Energie wordt nooit gemaakt, en gaat nooit verloren. Energie kan alleen maar omgezet worden in een andere vorm, of overgezet worden op een ander voorwerp, een andere ruimte, of op een ander mens.

2.1 Introductie van het model

Zoekende naar een bewuste benadering over de psyche komen we uit bij de grenslaag tussen psyche en buitenwereld, hier is immers verschilbeleving en daarmee dus bewustzijn mogelijk. In het model van een ei met haar schil en meer fluïde vrucht gaan we precies op de grens zitten, als het ware in het dunne vlies met haar twee kanten. Vanuit dit perspectief beschrijven we de verworping omdat hier de belevingswerkzaamheid en -dynamica te vinden en te ervaren is.

In analogie met de algemene psychologie onderscheiden we een neurotische fase, een borderline fase en een psychotische fase. Wij zijn hierbij extra in de borderline, de grensbeleving geïnteresseerd, omdat hier door het verschil, de spanning, bewustzijn en beleving maximaal is. (Dit zal verder bij figuur 2.7 n.a.v. het schaduw gebied toegelicht worden). In het neurotische gebied enerzijds immers is door verharding, analoog aan eeltvorming, de externe impuls onderdrukt. In het psychotische gebied echter is de dagbeleving weg en heeft men geen bewust contact meer. We onderscheiden hierbij dus een fase van het momentaan bewustzijn (dagbewustzijn) en het psychotisch bewustzijn (met hierbinnen het nacht- of droombewustzijn). Dit is in figuur 2.1 weergegeven. De lijn O-A-B-C geeft hierbij schematisch het belevingssignaal weer. In O-A wordt niets waargenomen en is onderbewust, bij A-B een differentiesignaal, om vervolgens te verminderen in B-C en na C is geen beleving meer, men is geestelijk weg, gedissocieerd, onbewust.

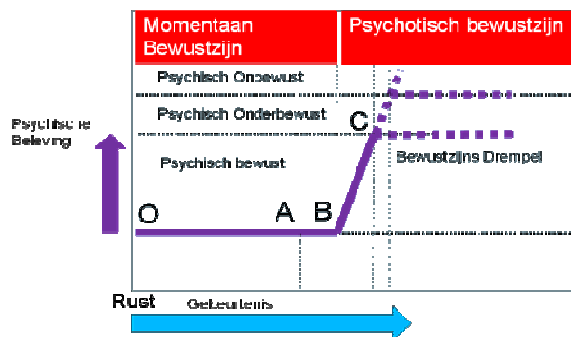
Fig 2.1 Bewustzijn vanuit dagbeleving



Werp dan de netten aan de andere kant van de boot.
Thomas Evangelie

Je kunt bewustzijn van de dag- of nachtkant beschouwen. In dit geval worden twee bewustzijnstoestanden onderscheiden: het dagbewustzijn en het psychotische bewustzijn. Dit levert twee "ikken", een ego-ik en een psychisch –IK, twee verschillende bewustzijnskernen. (zie opgesloten in de schaduw). Voor een maximale psychische werkzaamheid ("PsychoLOGica") stellen wij nu dat bewustzijn aan de andere kant centraal. Dus niet "de kracht van het nu", maar eerder aan de kant van de psyche en de LOGOS, de macht van het AI, het geheel of collectief, waarmee zij verbonden is. Ook wel nacht- of psychisch bewustzijn. Er ontstaat nu in figuur 2.2, een bewust-zijn vanuit de psyche bekeken, psychocentrisch. In de curve O-A-B-C is dit weergegeven. Figuur 2.2 is als het ware het complement van figuur 2.1; daar waar het dagbewustzijn ophoudt, begint het psychotisch bewustzijn.

Fig 2.2 Bewustzijn vanuit nachtbeleving

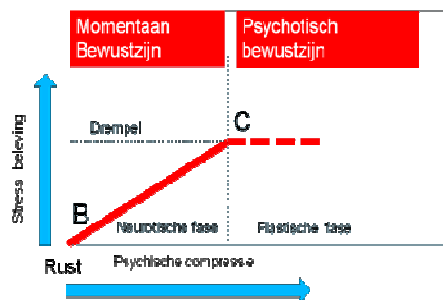


Dit bewustzijn vanuit nachtbeleving, het psychotisch bewustzijn, is het gebied van de psyche waarvan de energie, het libido, nooit verloren gaat. Vanuit die psychische energie hebben we verbinding met de moderne wetenschap en kunnen wij een psychische toestandscurve weergeven. Net als in de thermodynamica gaan we naar een toestandsdiagram voor de psychische energie. In figuur 2.2 valt het psychische gebied in drie hoofd delen uiteen, een eerste horizontale lijn O-A-B, waar geen psychische beleving is (omdat daar dagbeleving is, zie fig. 2.1), een steile lijn B-C naar boven, waar het bewustzijn, de psychische beleving, mee kan bewegen, "Psychisch bewust", gevolgd door een gebied van psychische overbelasting en dissociatie (C en verder). In eerste instantie hebben we het hier over het persoonlijke deel van het bewustzijn; het persoonlijk psychisch bewuste en het persoonlijk psychisch onderbewuste. Natuurlijk is er ook nog een persoonlijk collectief onderbewuste en een collectief onbewust, daar komen we in hoofdstuk 7 op terug.

2.2 Psychische energie

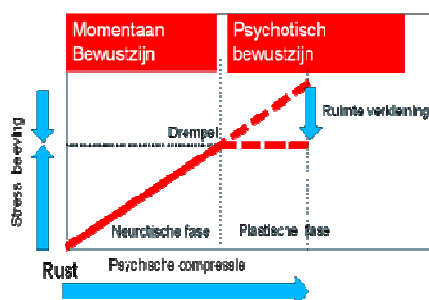
Voor een sluitend begrip in de richting van psychische energie is het belangrijk de juiste eenheden te kiezen. Hiervoor kijken we naar spanningscurven uit bv de werktuigbouwkunde (zie Literatuur opgave 5 en 6). Een vergelijkbare benadering met elastisch- en plastisch gebied wordt gebruikt voor menselijk bind- en spierweefsel (Zie Lit. opgave 7). De eenheid van energie is Joule of wel Nm (Newtonmeter). De eenheid van arbeid is hieraan gelijk, of te wel "Kracht keer weg". In de Psychologische wereld is het normaal te praten over psychische stress, of te wel een Kracht per oppervlakte eenheid: N/m^2 . Een en ander betekent als we een sluitend energetisch toestandsdiagram willen gebruiken dat dan als we over stress spreken een inhoudsgrootte nodig is, namelijk m^3 . Immers Energie is $Nm = N/m^2 \times m^3$. Dit kan worden omschreven als de druk keer het volume waarop de druk wordt uitgeoefend. In andere woorden we hebben een inhoudsmaat nodig in de vorm van een psychische inhoud. Het is dus energetisch en natuurkundig juist om te praten over psychische compressie en haar effect op psychische spanning. Dit loopt synchroon met het fluïde psyche begrip, dat zich als een samendrukbaar medium gedraagt (bv samendrukbaar zoals in de ideaal gaswet). Niet als vloeistof, die niet samendrukbaar is, zoals in het oude Alchemistische mengvat, maar juist als een gas. Vanuit figuur 2.2 beginnen we op het stijl naar boven lopende stuk lijn B-C, waar de psychische beleving begint op te bouwen. We maken op die manier een figuur van de psychische stress als functie van de externe compressie in figuur 2.3. De interne compressie op de psyche is het zelfde als de externe compressie minus de door de neurotische structuur opgevangen compressie.

Fig 2.3 Psychische stress als functie van de compressie



Het compressieproces is als een ei met harde schil (neurotisch) en gasachtige binnenkant (psyche). Als wij het ei onder druk brengen zal eerst de schil, de neurotische structuur de druk opnemen, vervolgens pas zal bij voortdurende compressie de inhoud druk opnemen. De psyche doet dit ook door te verdichten in de archetypische structuren, zij verkleint hierdoor de ruimte en verlaagt de spanning. Die hier aangebrachte compressie is extern, van buiten naar binnen. We hebben hier te maken met een reversibel deel, dagwaarneming (neurotisch) en een in eerste instantie niet omkeerbaar psychotisch deel.

Fig 2.4 Verlaging stressbeleving door de psyche



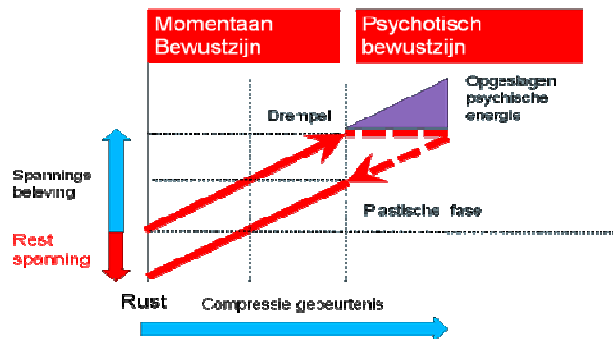
De druk wordt binnen het psychotische deel gekanaliseerd (zie figuur 2.4), de psyche verdicht en de innerlijke ruimte wordt verkleind. Dit lijkt erg op een kristallisatie proces, waarbij

de kristallisatie assen zich vinden in de bij de geboorte geactiveerde patronen. (zie verder). Beide processen zijn reversibel, het neurotische direct door zijn spanningsopname en afgifte, het psychische door zijn ruimte verkleining door rijping (van gas naar vast) en vergroting van ruimte door sublimatie (van vast naar gas), waarbij de energie weer vrijkomt. Dit lijkt verrassend veel op het proces dat optreedt bij materievorming in de lege ruimte en haar terug transformatie naar energie (Nieuwste data van de Hubble telescoop). Ook voor menselijk bind- en spierweefsel treedt een vergelijkbaar kristallisatie proces in de plastische fase op (Zie literatuur referentie 7). Dit kristallisatie effect om ruimte te verkleinen lijkt een goede verklaring voor de opslag van ervaringen die later in therapie naar boven komen.

2.3 Posttraumatische stress en opgeslagen energie

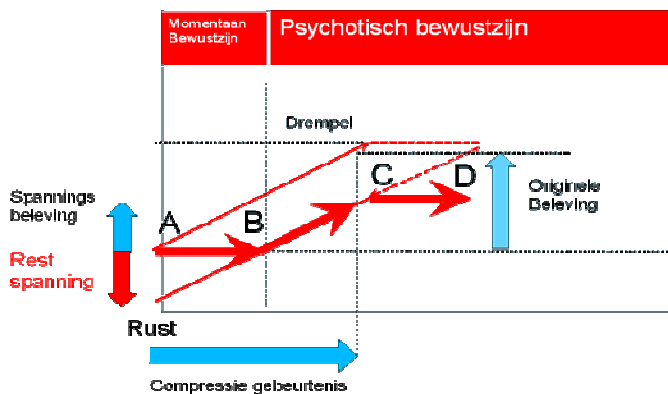
Na een grote compressie gebeurtenis wordt tegenwoordig veel over Post Traumatische Stress geschreven. Waar komt deze restspanning, dit PTS-Syndroom, nu energetisch vandaan? Hiervoor moeten we kijken naar een compressie gevolgd door een rusttoestand. Wij kunnen dit in het diagram goed weergeven. In figuur 2.5 is zo een gehele spanningscurve weergegeven. De compressie brengt de beleving naar een drempel, waarna het psychotische deel zorgt voor de spanningsverlaging, met haar bijbehorende energieopslag. Vervolgens wordt de compressie weer naar de rusttoestand verlaagd.

Fig 2.5 Overblijvende restspanning



De mate van spanningsreductie door de psychische kristallisatie vinden we direct terug bij de rusttoestand, wanneer de compressie eraf is. Tevens is de hoeveelheid opgeslagen psychische energie in de paarse driehoek te vinden (namelijk: Compressie keer Spanning, zie Psychische energie). Dit nu levert de Post Traumatische Stress en haar bijbehorende opgeslagen energie. Wat is nu het effect van de PTS op de beleving? Dit is in figuur 2.6 weergegeven. Door de aanwezige restspanning wordt de spanningsbeleving gereduceerd en lijkt het of een wederom aangebrachte compressie veel minder spanning genereert. Vanzelfsprekend heeft de reductie in beleving ook een zelfde drukkend effect op niet spanningsgerelateerde beleving, zodat de algehele bewuste belevingswereld kleiner wordt. In het eerder genoemde eimodel met gas is nu, zonder de eerdere externe compressie, een onderdruk ontstaan met een restspanning op de schil. Dit is tevens analoog met voorspannings-verbindingen in de werktuigbouwkunde (o.a. voorgespannen beton in constructies etc.)

Fig 2.6 Effect van de restspanning



2.4 Gedragsinvloeden van de opgeslagen spanning en energie.

Zoals in figuur 2.6 eerder aangegeven ontstaat een zeker "blind" belevingsgebied A-B, waar een compressie of input niet leidt tot een beleving, totdat de externe compressie (of het externe signaal) een hogere spanning oplevert dan de opgeslagen restspanning, hier is dus geen bewuste waarneming. Via de onbewuste aansturing echter zal toch het gedrag beïnvloed worden. In het volgende stuk B-C is een zekere mate van bewustzijn mogelijk, dit is het schaduwgebied, er is immers een bepaalde spanningsbeleving, maar de gedragsbeïnvloeding is groter dan bewust kan worden waargenomen.

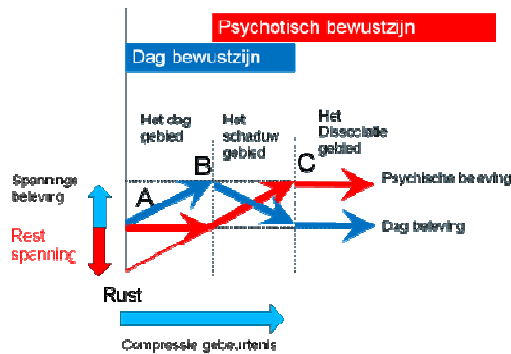
In het beleavingsgebied van figuur 2.6 zijn zo grofweg drie gebieden te duiden.

1. Het onderbewuste gebied **A-B**, losgekoppeld van de dagbeleving en ook de psychische of nacht beleving (hier hoort nog bij het stuk **O-A** uit fig 2.1). Een stimulus uit de omgeving kan het bewustzijn niet bereiken, omdat de opgeslagen interne restspanning groter is dan de gegenereerde externe spanning.
2. Het schaduwgebied **B-C**, waarbij een verhouding van dagbewustzijn en nachtbewustzijn mogelijk is.
3. Het dissociatieve gebied **C-D**, bovenbewust. Een stimulus zal direct naar het psychotische gebied doorzetten.

Het schaduw gebied is hierbij het meest interessante gebied door haar combinatie van dag en nachtbewustzijn. Het gedraagt zich als een verbindingsgebied tussen dag en nachtbewustzijn, het is als een vlies tussen de neurotische- en de psychotische structuren van de psyche. In deze grenslaag zijn transformaties mogelijk, door haar verbindende werking. In de elektronica vinden we dit bijvoorbeeld terug bij transistoren en hun grenslaag. De grenslaag bevat als het ware de stuurcomponent, de "Gate" tussen P- en N-Halfgeleider. Voor de psychologie is dit analoog en bevat het bewustzijn als derde component, tussen neurotisch – en psychotisch deel, de mogelijkheid tot verandering of transformatie.

In figuur 2.7 is dit schaduwgebied grafisch weergegeven, voortbouwend op figuur 2.1 en 2.2 eerder, er is dus in dit gebied altijd een cognitief deel (dagbewust) en een Psychische deel (nacht bewust). Dit is het grensgebied dat het contact en het evenwicht bepaald tussen de Psychische energie (nacht-) en de dagbeleving.

Fig 2.7 Het schaduw gebied



Verder bij de Jungiaans analytisch psychologische benadering in hoofdstuk 6 wordt dit verder verklaard.

2.5 Bewustzijn en Jungiaans gevoelstonuscomplex

Een aan spanning gerelateerd Jungiaans concept is het gevoelstonuscomplex. Dit is een netwerk van associaties waarvan de kern bestaat uit een bepaalde gevoelstonus of -spanning, vaak met een archetypisch motief in de achtergrond. Het gevoelstonuscomplex kan het ik-bewustzijn geheel afschermen waardoor adequate aanpassing aan de omgeving en aan het zelf drastisch wordt verstoord. De door het complex opgeslagen voorspanning schermt immers het ik-bewustzijn (dagbewustzijn) af door haar autonome spanningsopvang, los van het psychisch bewustzijn. De maat van de spanningsopvang is daarmee ook de maat van het losstaan van de omgeving en psychisch bewust zijn. Tevens werkt ook het geheugen in deze ervaringsrichting niet meer goed (CW8, § 200), de verbinding met het bewustzijn is daarbij vermindert. Een restdeel van de psychische energie wordt opgeslagen in het complex maar de meerderheid van de energie is ergens anders in de psyche (psychotisch) of in het lichaam en niet beschikbaar voor het ik bewustzijn. Hierdoor is de demping van gebeurtenissen in de eerdere gevoels- of ervaringsrichting gewaarborgd. De vastvriezing van de tonus met de cognitieve bekrachtiging in het complex realiseert enerzijds de gevoelsdemping naar buiten en anderzijds de continu aanwezige restspanning naar binnen (PTSS).

Hoofdstuk 3 Ontwikkelingsstadia

Om de energetische stappen van de psychische ladder te begrijpen is een uitleg van de verwordingsgeschiedenis van de psyche nodig. Hierin spelen bewustzijn en vervormingen als geboorte en trauma's essentiële rollen. In dit hoofdstuk zullen hierom eerst kijken naar de ontstaansgeschiedenis, de geboorte, om vervolgens in hoofdstuk 4 de effecten van trauma's met het model te verklaren. Als bijzonder thema nemen we vervolgens de zelfcrisis in hoofdstuk 5, om dan in hoofdstuk 6 therapeutische wegen terug naar de volheid te kunnen bespreken, het wordingsproces.

Om de weg terug te vinden met haar merktekens is het essentieel om belangrijkste energetische stappen op de weg heen de revue te laten passeren. De energetische effecten op de verwording van de psyche kunnen we zo in kaart brengen. Het ontstaan- en geboorte proces is daarbij dan essentieel.

3.1 De 'prenatale ontwikkeling:

De kindervrucht drijft in het vocht van de baarmoeder. Er is geen merkbaar verschil tussen het vruchtwater en het jonge kind. Er is daarom dus ook geen verschil gewaarwording en daarmee ook geen bewustzijn. Het kind bevindt zich in het oceanische. De interne spanning van de moeder wordt als basis genomen, de vrucht bevindt zich in het zelfde spanningsveld en kan dit niet onderscheiden en bevindt zich in symbiose met de moeder. De vrucht groeit en zal op een zeker moment zijn/haar eigen bioveld produceren, welke iets anders is dan het veld van- en om de moeder. Op dit moment ontstaat een eerste mogelijkheid tot bewustzijnservaring.. "IK" ben". Dit "IK" met hoofdletters is de kern van de psyche, of wel hier het Zelf. Over het algemeen wordt hier een foetus leeftijd van ongeveer 3 maanden aangenomen.

Droom: *Ik zweef in de ruimte...plots slaat de bliksem in en IK ben...*

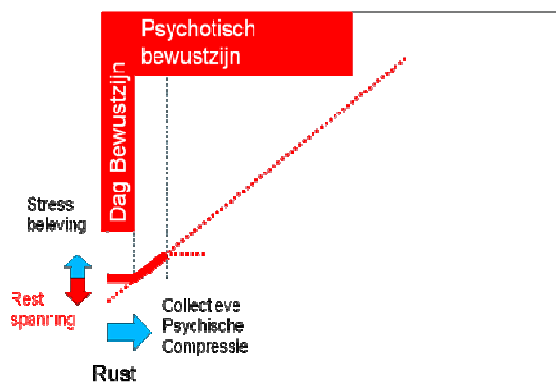
Dit droomfragment heeft me aangezet om ook naar elektrische verschijnselen te kijken in de ontstaansgeschiedenis. Wel bekend zijn de experimenten met elektriciteit om een eerste reproductie van oersoep tot leven te brengen. Vanuit de astrologie zijn in de oudheid vele basispatronen voor die eerste zijskern aangegeven, ook de COM structuur (zie Literatuur opg. 2) geeft hier inzicht in. Ik heb erg geworsteld met de vraag hoe kan een energetische structuur nu zo gevoelig zijn en afhankelijk van de stand van de aarde, de zon en de sterrenstelsels. Tot deze droom kwam, als het een doorslag verschijnsel is, dan kan een enorme gevoeligheid ontstaan. De invloeden van verre gravitatievelden op de ontlading van de aardse biosfeer naar de vrucht toe, zijn dan prima mogelijk. De gewaarwording "IK ben" kan alleen ontstaan als er een verschilgewaarwording is tussen de vrucht en de moeder-oceaan waar zij in drijft. Dit verschil is de meest oorspronkelijke gewaarwording van het Zelf, de Logos.

In figuur 3.1 is de beleving van de ongeboren vrucht rond de 13^e week weergegeven. Er heeft alleen een kleine verschilbeleving tussen de energetische psychotische structuur van de moeder en het verschil met de collectieve energieën eromheen. In feite hebben we hier de "ik"-kern in zijn vroegste ontwikkeling. De door de moeder opgeslagen psychische energieën (die dus niet bewust door haar te ervaren zijn) zijn immers niet te onderscheiden voor de vrucht, omdat er geen verschil spanning is.

Een vis in het water kent immers het water niet...

Er is wel een verschilspanning tussen de IK realisatie en de collectieve energieën..Het Ik heeft daarmee dus een relatie tot de collectieve energieën door zijn afscheiding daarvan. Dit is de Logos of het zelf, die is.

Fig 3.1 Baby beleving



Rond de 13^e week is er dit Logos bewustzijn, rond 21-ste week kan het kind horen en neemt het geluiden op. Door de groei van de vrucht zal op een zeker moment een fysiek contact met de baarmoederwand ontstaan en daarmee een contact begrenzing. Met de verschilbeleving ontstaat ook een fysieke gewaarwording en daarmee een beginnend fysiek grensbewustzijn een soort zwakke egovorming als beginnend kristallisatieproces.

3.2 Natale ontwikkeling:

Bij het groeien van de vrucht merkt ook deze steeds steviger haar begrenzingen. In wezen wordt hierbij de neurotische ontwikkeling aangezet. Het is als eeltvorming op de van nature fluïde psyche. Deze grensbeleving zal tijdens het geboorteproces een extreem bereiken. Vanuit de beleving neemt de druk extreem toe, buiten de ooit eerder aanwezige grens, Geheel nieuwe gewaarwordingen van o.a. extreme druk en existentiële gevoelens die tot dan onbekend zijn. De adempresie die ontstaat door de CO₂ ophoping leidt tot de activering van de ademimpuls. Ook dit is een extreme gewaarwording, als een ontploffende bom, die tot dan onbekend is. Nieuwe ervaring van extreme druk, kou en sterfelijkheid, de eerste adem etc. Van internet het volgende verhaal:

Voordat een kind wordt geboren, heeft hij nog nooit adem gehaald door zijn longen. Hij kreeg zuurstof via het bloed dat door de navelstreng stroomde. Het kind heeft in de baarmoeder al wel een beetje geoefend met zijn mond open en dicht doen. Daarbij kon hij een slok vruchtwater binnenkrijgen en de hik krijgen.

Tien tot twintig seconden na de geboorte van het hoofd komt de ademhaling op gang. Deze reflex ontstaat doordat de temperatuur buiten het moeder lichaam veel lager is, doordat de druk op het hoofdje en de borstkas wegvalt en doordat er minder bloed door de navelstreng stroomt.

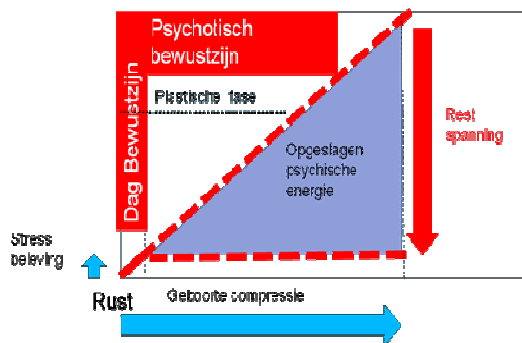
Het koolzuurgehalte in het bloed stijgt en de ademhalingsorganen worden geprikkeld om zuurstof 'binnen te halen'. Op dat moment geeft de baby een grote schreeuw. Zijn borstspieren en het middenrif komen in beweging, hij zuigt zijn longen vol met lucht en... ademt!

Zuurstof halen: Als het kind voor de allereerste keer ademhaalt, verandert zijn bloedcirculatie enorm. Ervoor maakte het bloed een korte baan – van de rechterboezem van het hart naar de linkerboezem - nu wordt dat een lange baan die langs de longen loopt. Want als het kind geen zuurstofrijk bloed meer via de navelstreng krijgt, moet zijn bloed langs de longen voor zuurstof.

Bij de eerste ademhaling zuigt het kind haar longen vol en slaat er een klep tussen beide hartboezems dicht. Die klep zal uiteindelijk vergroeien met het tussenschot en het bloed kan niet meer van rechts naar links.

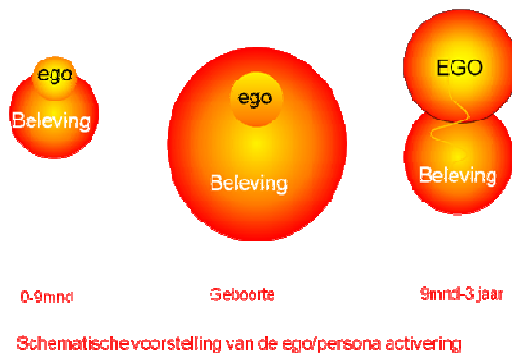
Vlak na de geboorte kun je de navelstreng nog zien kloppen, maar als de bloedsomloop zich heeft aangepast aan het leven buiten de baarmoeder houdt dit op.

Fig 3.2 De geboorte compressie



De extreme intrusie van de gevoelsgebeurtenis in de psyche vindt zijn resonantie in de aanwezige oorspronkelijke archetypische-"Ik ben"-structuren van de baby. De door de geboorte pressie geactiveerde archetypen met hun psychische spanning worden later in de persona en ego ontwikkeling het innerlijke spiegelbeeld van de archetypische dreiging (zie ook Hoofdstuk 4). In geval van dit geboortetrauma de archetypische structuur van de moeder. De persona structuur van de moeder brengt de compressie aan die op haar beurt de psyche van de baby in de compressie wegdrukt en zo het spanningsverschil activeert. Op een nog dieper niveau zijn de energetische typen van de Ik-ben structuur in statu nascendi als een soort energetische hologrammen dan nog steeds aanwezig (zie het COM model), zij zijn alleen dieper weggedrukt in het onderbewuste. In figuur 3.2 is de restspanning ook extreem hoog. Gezien de verhouding van kleine lichaamsgrootte, lage neurotische structuur en extreme belevingservaring mag men aannemen dat weinig of geen ervaringen in het leven de geboorte ervaring, haar restspanning en haar opgeslagen psychische energie ooit overstijgen. Vroeger werden kinderen dan ook ingebakerd om de stresservaring door wederom compressie te verminderen.

Fig 3.3 De geboorte activatie



In het geval van geboorte van het kind, wordt de moeder als geheel in archetypische structuur naar binnen gehaald door de aanwezige spanningen die de geboorte voor haar met zich meebrengt. (resonerend en ervaren bovenop de energetische basisstructuur, zie literatuur opgave 3). Het proces van overgave van de moeder aan het geboorteproces, leidt hierbij tot het maximaal vrij energetisch aanwezig zijn van de archetypische energieën van de moeder. Dit is het proces van overdracht.

Door de opgebouwde spanningsbeleving bij de moeder en de symbiotische spanningservaring- c.q. -intrusie bij het kind, wordt de bijbehorende archetypen bij de baby geactiveerd. De bijbehorende subpersoonlijkheden, zijn in de psyche geactiveerd en worden in de loop van de tijd naar buiten opgebouwd, ter neutralisatie van de interne spanning.

Door de aanwezige interne psychische spanning zal dit opbouwproces van de persoonlijkheid versneld worden doorlopen om de continu in deze richting ervaren spanning met de omgeving te neutraliseren. Dit is schematisch in figuur 3.3 weergegeven. Tijdens de geboorte is de beleving overstelpend. Er treedt na de geboorte selectieve perceptie op, aangezien iedere gebeurtenis (en ook onbewust) betrekking lijkt te hebben op de eerder geactiveerde interne spanning van het (of de) intern geactiveerde archetype(n). Het is de

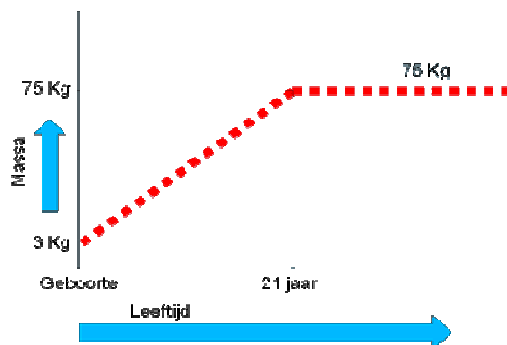
interne spanning tussen de eerder door de moeder "beleefde" archetypen en de directe menselijke omgeving, die de daarbij passende persona vormgeeft en haar bijbehorende schaduw en dissociatie. Het dissociatie deel hierbij echter, is anders van aard, omdat dat gedeelte van de ervaren geboortespanning en -druk zo groot is geweest dat het direct geparkeerd is. Voor de deze eerste ego ontwikkeling zijn ongeveer de eerste drie levensjaren nodig.

3.3 Effect van organische groei:

In de volgende jaren zal de levensenergie –of libido toenemen door de organische groei. De beschikbare hoeveelheid organische levensenergie is waarschijnlijk evenredig met het lichaamsgewicht, de massa m ($E=mc^2$). Een en ander zou ook kunnen betekenen dat de mogelijk opgeslagen hoeveelheid psychische energie evenredig zou zijn met de massa. De grootte van de geschetste bollen neemt dus toe, waarbij afhankelijk van de levenservaringen de verhouding EGO en zelfbeleving zijn vorm krijgt. De eerdere ervaringsactiveringen bepalen daarmee ook de grootte van het Ego en de persoonlijkheidsstructuur.

Als indicatie nemen we het gewicht van een pasgeboren baby en nemen daarbij de gewichtstoename in de loop der jaren. Van internet (zie Lit. Opgave 8) vinden we de volgende lineaire benadering voor de toename van het lichaamsgewicht als functie van de leeftijd L , geldig tot 21 jaar: $m=3,6 L + 2,2$. Ieder jaar neemt de lichaamsmassa gemiddeld dus met 3,6 kg toe. Voor de eenvoud nemen we een start geboorte gewicht van 3 kilogram en kijken naar de lichaamsgroei als functie van de leeftijd. Na 21 jaar nemen we aan dat het gewicht constant blijft (In ieder geval qua levensenergie niveau).

Fig 3.4 Toename lichaamsmassa als functie van leeftijd



De ruimte voor de opslag van psychische energie zal zo ook toenemen met de lichaamsmassa. Tot 21 jaar zal de massa een factor 25 van het geboortegewicht toenemen. Energie kan slechts eenmaal opgeslagen worden. Als de "geboorte kristallisatie" en overdracht heeft plaats gevonden bij een lichaamsgewicht van 3 kg, zal bij toename van het lichaamsgewicht tot 21 jaar de psychische ruimte een factor 25 toenemen. In deze extra ruimte kan wederom weer kristallisatie en trauma overdracht plaats vinden, bovenop de geboorte overdracht. Een en ander betekent dat een trauma op later leeftijd een veel grotere energieopslag kan hebben dan het geboorte trauma, haar restspanningseffect (ook factor 25) op de beleving drukt zo de vroegste belevingen weg.

Dit relatieve gewichtseffect verklaart ook mijn inziens de hevigheid van trauma ervaringen op jonge leeftijd, de zogenaamde jeugdtrauma's. Eveneens verklaart de groei van de psychische ruimte (Libido) mijns inziens ook het stapel en volgordelijk effect bij trauma verwerking...Men werkt terug in de tijd bij verwerking en in de wordingsgeschiedenis van psychische ruimte, om pas als laatste bij de geboorte uit te komen. Dit is wat de oude Soefie's het "pad van wederkeer" noemen, of wel het individuatie proces van C.G. Jung.

Note: het is een interessante gedachte dat bij Keizersnede geen compressie en het bijbehorende overdrachtsproces plaats vindt. In hoofdstuk 5 en 6 zal blijken dat dan zonder haar activatie avn de psychische ruimte en dito spanningsstappen, moeilijk de terugweg te vinden is

H4 Jeugdtrauma en activatie

Een trauma:

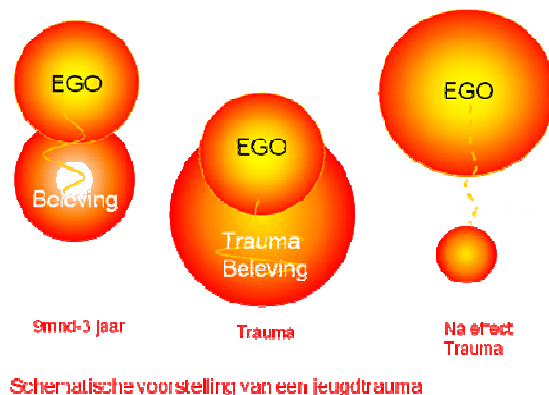
Trauma betekend letterlijk een ernstige verwonding, dit kan in fysieke zin zij, maar dus ook in de psychische zin. Terwijl een trauma in de fysieke wereld een vaak mechanistische oorzaak en gevolg heeft, heeft een psychisch trauma gevolgen in de psyche, met haar fluïde effecten en resonanties. Net als bij het geboorte proces worden diepere belevingsgronden aangesproken en geactiveerd. In deze zin is een trauma na de geboorte slechts een voortzetting van en een toevoeging op dat eerdere activatieproces, zoals in het vorige hoofdstuk beschreven. De psychische ruimte is door de lichaamsgroei toegenomen, hierin kan wederom energie opgeslagen worden.

4.1 Versnelde activering door een jeugdtrauma:

Als door een extreme situatie een extreme spanning op de innerlijke gevoel- en belevingswereld, het zelf, wordt gezet, ontstaat wederom hetzelfde 'mechanisme' als bij het geboorteprocès of wel geboortetrauma...een compensatie mechanisme dat de spanning en druk van buiten compenseert ofwel opvult, zodanig dat de beleving, de gewaarwording vermindert of verdwijnt (dissociatie). Dit is het compensatoire effect van de egovorming. Het ego vult als het ware de interne gevoelsspanning op om haar enerzijds beleving te dempen en anderzijds te vervreemden, Het principe werkt als volgt.

Er ontstaat als het ware een interne voorspanningverbinding (zie ook figuur 2.6), waarbij meer levensenergie (Libido) van het zelf toegewezen wordt aan de buitenste laag of Ego/Persona, dat wat een brug vormt tussen de buitenwereld en de innerlijke wereld van het zelf. De totale levensenergie blijft gelijk en wordt slechts meer verdeeld. De restspanning voorkomt zo een tweede beleving, door haar opvangen van de intrusie van buiten en functioneert zo effectief als demping op externe gebeurtenissen. Natuurlijk mits hernieuwde impulsen van buiten kleiner zijn dan de aangebrachte innerlijke voorspanning. (anders ontstaat wederom een doorbraak of crisis). Deze voorspanning uit zich onder andere in de fysieke posttraumatische restspanning, -tonus, zoals eerder in hoofdstuk 2 beschreven is.

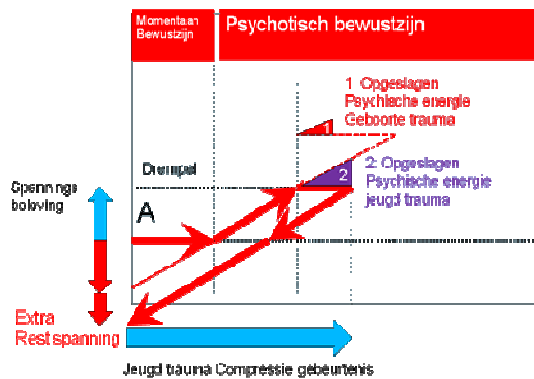
Fig 4.1 Versnelde ego vorming



Het bijzondere is evenwel dat door de belevingsintrusie van buiten een proces van persona opbouw "getriggered" wordt dat in essentie het complementair is. In feite wederom een overdrachtsprincipe maar nu als spiegeling van de bedreigende situatie. De beleving op het moment van de traumatische gebeurtenis brengt immers weer een directe compressie op de psyche aan. In het geval van een jeugdtrauma zijn enerzijds de persona structuren nog niet sterk genoeg opgebouwd en is de psychische ruimte voor opslag gegroeid met de massa. Wederom wordt hierdoor, door de levens bedreigende gebeurtenis, het existentiële

gebied van de geboorteactivatie betreden. Hoe vroeger in de jeugd hoe minder persona structuren opgebouwd zijn, hoe meer herhalingsactivatie met overdracht van de bedreigende gebeurtenis. De bedreigende beleving wordt boven op de eerdere geboorte structuren ervaren en hier weer in feite toegevoegd. Men zou dit kunnen vergelijken met een "camera obscura" en haar projectie op de achterwand. De achterwand wordt als het ware stapsgewijs met ieder spanningsgebeuren naar voren in de dagbeleving geplaatst, met op iedere stap een nieuw opgeslagen beeld. Deze archetypische projectie van de compressiegebeurtenis en haar energetische spanningen activeren wederom een persona opbouw om de innerlijke spanning te neutraliseren. Als we nu een leeftijd van ongeveer 3 jaar nemen dan is het lichaam gemiddeld gegroeid van 3 tot 9 kg, oftewel een factor 3. De mogelijkheid voor psychische energie opslag na de geboorte is dan ook met een factor 3 toegenomen...In figuur 4.2 is dit met de betreffende driehoeken 1 geboorte en 2 trauma weergegeven. De oppervlakte van rode driehoek 1, het geboortetrauma, is drie keer kleiner dan de oppervlakte van paarse driehoek 2, het trauma. De restspanningsbijdrage van het jeugdtrauma is dan ook drie maal hoger dan die van de restgeboorte spanning.

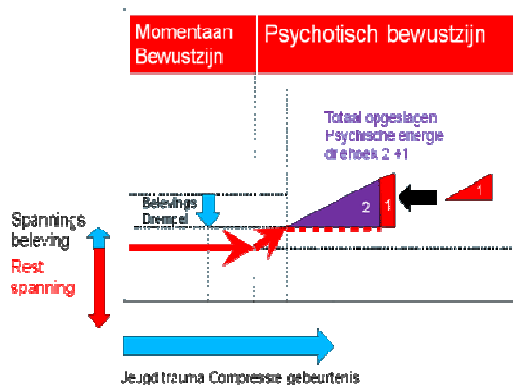
Fig 4.2 Effect van een trauma



De schoonheid van dit proces is evident, omdat hiermee een functioneren onder omgevingscompressie mogelijk gemaakt wordt. Zowel de levenservaringen van de moeder en de generaties daarvoor worden aangevuld met de eigen levenservaring, om zo een adequate personastructuur op te bouwen. In het geval van een persoonlijke bedreiging van bv een verkrachter, wordt het archetype van de verkrachter geactiveerd en in de personaschaduw opgebouwd.

De kostprijs van de verkleining van de psychische ruimte is een hogere opslag van psychische energie en een hogere restspanning, dit is in figuur 4.3 weergegeven. De hogere interne spanning leidt automatisch tot een verlaging van het belevingsgebied, men beleeft en voelt minder, daarmee een verlaging van het dagbewustzijn, maar ook tot een verlaagde psychische drempel voor het psychotische bewustzijn (men dissocieert sneller).

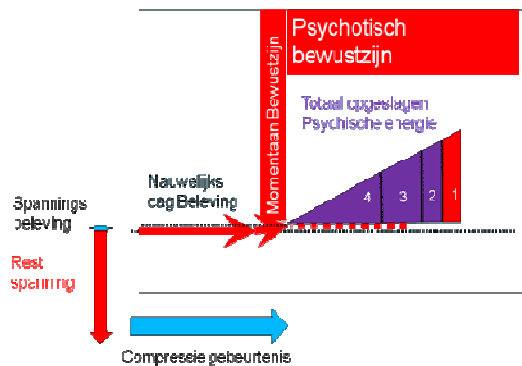
Fig 4.3 Belevings Effect van een trauma



4.2 Cumulatief effect van traumabelevingen.

Door optelling van de diverse existentiële belevingsintrusies ontstaat een versnelde ego- en persona opbouw die effectief de beleving verminderen. In figuur 4.4 is dit weergegeven. De achtereenvolgende intrusies vanaf de geboorte 1 en verder. In 4.4 is dit in het platte vlak weergegeven, in werkelijkheid is het een diepte structuur, waarbij de psychische energie van de geboorte 1, in rood, dieper ligt dan 2 etc. Zodat men in therapie eerst bij 4 begint en dan terug werkt in de tijd naar 1. Door de aanwezige restspanning wordt de mogelijke beleving klein. Het lijkt wel alsof niets er meer toe doet, niets dringt ook meer door in het dagbewustzijn, het leven is leeg en ongevoeld.

Fig 4.4 Cumulatief Effect van trauma's



De opgeslagen psychische energie is in figuur 4.4 maximaal en bij een kleine vervolg belasting is een psychische crisis het gevolg, het doorschieten in de psychotische realiteiten ofwel een totale ontkenning van de psychische wereld en daardoor wegdrukken van de beleving. Via de maximaal onbewuste psychische druk echter ontstaat een onbewuste spanning die tot actie aanzet, er moet iets gebeuren...Dit is de zelfcrisis... Dit proces van gestage ego opbouw vindt normaal plaats tot de midlife; de zogenaamde midlifecrisis is haar gevolg. In het geval van trauma's is de psychische spanning verhoogd en de ego/personaopbouw versneld, met als gevolg een crisis op vroeger leeftijd. Het ego-ik wordt dominant en de echte signalen van de psyche of de zelfkern bereiken het bewustzijn niet meer....Het leven wordt als leeg ervaren...

Door de immer toenemende externe druk op onze innerlijke ruimte, door moderne media en cognitieve stimulatie door opvoeding en scholing, neemt de druk op de innerlijke ruimte nog immer toe...De individuele zelfbeleving komt hierdoor onder immer grotere druk te staan... In onze westerse maatschappij met haar materiële en cognitieve welstand is dus daarbij dringend een concept en weg, een andere weg naar oplossing nodig...Deze weg moet passend zijn bij cognitieve verwording om haar zo bewust terug te brengen naar de bewuste levenservaring...Een westers gnostische weg terug naar de ervaring, zoals het leven in de "kern" bedoeld is. Uiteindelijk is de toenemende psychische compressie een geweldig appel op bewustwording en realiteitservaring van de psyche..Deze zelfcrisis zal in het volgende hoofdstuk 5 worden behandeld.

Hoofdstuk 5 De zelf crisis (het zelf in de schaduw).

Zelfkennis begint in eerste instantie met de volle bewuste ontkenning. Het zelf wordt daarbij volledig in de schaduw geplaatst en niet meer beleefd. Pas daarna op de terugweg, is de persoonlijke ervaringskennis van de eigen beleving de hoogste kennis.

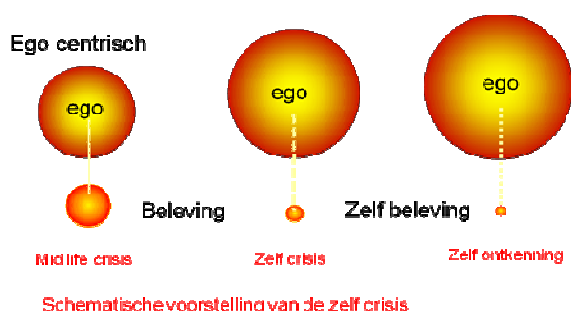
Ken Uzelf en ken de wereld. (Grieks: γνῶθι σεαυτόν gnothi seauton)

Deze zelfcrisis is dus een realiteit en een noodzaak om tot echte kennis, gnosis, of zelfkennis te komen.

Ik herinner mij uit eigen ervaring dat terwijl ik op deze grens stond er totaal geen gevoel aanwezig was. Het zgn. verstand is op dit moment kennelijk zo omvattend geworden dat het Zelf en haar waarachtige levensgevoel volledig wordt overschaduwd.

In figuur 5.1 is de Zelfcrisis grafisch weergegeven. Het dagbewustzijn overschaduwde de gevoelsbeleving en het contact met het Zelf (zie ook fig. 4.4).. In milde vorm treffen we dit aan bij de Mid-life-crisis en in zware vorm bij mensen die niet meer willen leven. De zelfontkenning en de ontkenning van de persoonlijke beleving is hierbij zo groot geworden dat alleen de 'koude' cognitie overblijft (Psychopatisch).

Figuur 5.1 De Zelf crisis



5.1 Volledige zelfontkenning en zelfmoord

Even ter verduidelijking van zelfmoord. Het begrip is eigenlijk verkeerd in die zin dat het Zelf, verbonden met de fluïde psyche, niet vermoord kan worden. Het lichaam kan vernietigd worden en het proces van dit aangaan wordt wel zelfmoord genoemd. Dat wat deze beweging maakt of inzet is juist de andere kant van het Zelf, of te wel het ego. Zelfmoord daarbij is dan een dusdanig vernauwing van, en projectie van het bewustzijn alleen in de cognitie. Misschien is volledige zelfontkenning wel een betere omschrijving van zelfmoord. Als het er niet is heb je er ook geen last van, ook geen last van oude ervaringen en oude pijnen. De fysieke daad van zelfmoord is een automatische vervolgstap van de ontkenning van de eigen gevoelswereld, de eigen ervaringen en het Zelf; gesloten Zelfontkenning. Dit is de meest maximale afstand van het ego-ik tot het Logos Zelf, er is geen bewust contact tussen deze twee, het leven voelt leeg. Signalen van buiten dringen niet meer door in de gevoelsbeleving. Het spanningsverschil echter is maximaal en de meest werkzame drijvende energetische potentiaal tot verlaging van de spanning is ontstaan, er moet iets gebeuren...

5.2 Wegen naar oplossing

Zij die deze weg en toestand kennen van deze meest extreme psychische vernauwing of -compressie zijn dus ook in potentie instaat om deze weg bewust terug te lopen, zij hebben immers alle resonanties van de gevoelsbeleving volledig ontkend; aan de andere kant is dus bewuste kenning. Dit is de kwintessens waar dit werk om draait. De bewuste westerse, gnostische weg terug naar het Zelf en haar beleving, naar overgave, de innerlijke psychische opstanding ...door de meest extreme situatie van de existentiële doodservaring heen naar het contact met de psyche, haar realisatie en haar werkzaamheid te ervaren en te volgen in dit leven.

Bis vincit qui se vincit: Wie zichzelf (ego) overwint, heeft een dubbele overwinning behaald.

Hoofdstuk 6. De weg terug

Nu de heenweg, of verwording via een aantal stappen beschreven is, gaan we nu de terugweg proberen te duiden. De terugweg die gaat om de toestand van volle levenservaring, de volle ervaring van de psyche en de daarmee verbonden de volheid.

In de klassieke medische wetenschap wordt vaak met symptomen gewerkt. Als je er last van hebt moet er iets aan doen. Je stelt dan de symptomen centraal en gaat van daaruit de symptomen bestrijden; **de symptomatische weg**. Dit kan op verschillende wijze, van symptoombestrijding door medicinaal ingrijpen, tot psychisch ingrijpen vanuit de symptomen. Dit is de welbekende cognitieve, causale wetenschappelijke benadering.

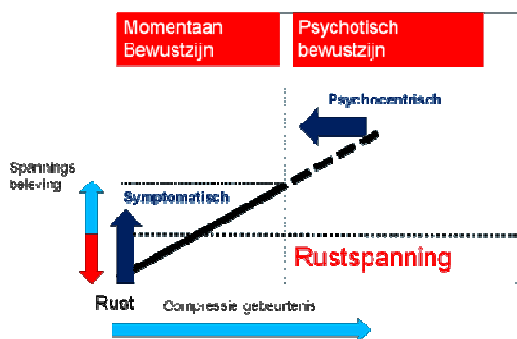
**Werp dan de netten aan de andere kant van de boot.
De netten waren nu vol vis....**

Thomas Evangelie

De andere benadering, de andere kant van de boot, is dat vissen in die psychische fluïderuimte; de psyche, staat hierbij centraal; **een psychocentrische weg**. Beide benaderingen en hun richting zijn in figuur 6.1 weergegeven.

Op een vraag van mij aan mijn Ki-Aikido leraar, Yosjigasaki Sensei, "hoe combineer ik verstand en gevoel, cognitieve en psyche?" antwoordt hij: "**Just like walking**", **left/right, left/right**"....Verstand en gevoel combineren...Voor mij is dit de analytische psychologie, waarmee C.G. Jung begonnen is in het Westen. Het was een antwoord voor mij op niet gestelde vraag: "**Als je je bril in het Westen verloren bent, zoek hem dan niet in het Oosten**". Westerse gnostiek met de psyche als ingang, met inbegrip van onze verstandelijke kennis. Het zelfde, maar net anders.

Fig 6.1 Symptomatisch vs psychocentrisch

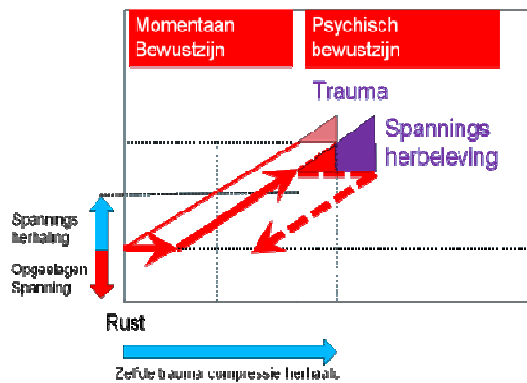


6.1 Symptomatische benadering.

Deze benadering is gericht op de bestrijding en oplossing van symptomen die ontstaan als gevolg van een trauma. Hier wordt vanuit cognitieve inval de dagbeleving als maatgevend beschouwd. Vanuit de gedragspsychologische kant is het matchen en aanbrengen van de eerdere ervaringsspanning van buiten, regel. De eerdere voorspanning wordt dan zgn. losgelaten en er ontstaat een ervaring van vermindering van de innerlijke spanning. Deze benadering wordt in figuur 6.2 weergegeven. Er is een eerste spanningsbeleving door het trauma (kleine driehoekje) en men brengt de cliënt in een vergelijkbare situatie als bij de trauma gebeurtenis, men probeert eenzelfde compressie aan te brengen, zodat de cliënt bewust de gebeurtenis kan herbeleven. De exact zelfde situatie is natuurlijk nooit van buiten, extern, te creëren en er is sowieso een mismatch met haar eigen psychotische vervorming. In

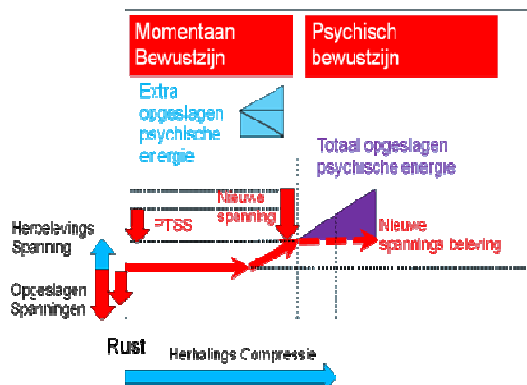
geval van een jeugdtrauma is de innerlijke ruimte gegroeid en is er ruimte voor nieuwe energie opslag door kristallisatie. De oude trauma kristallisatie (kleine driehoekje) is aanwezig en kan geen compressie opvangen. Voor een vergelijkbare compressieopvang ontstaat de grotere driehoek, met in dit geval een 3 keer grotere oppervlakte en dus 3 x grotere energie opslag.

Fig 6.2 Symptomatische benadering 1



Het zelfbewustzijn neemt hierbij niet toe, omdat het passief is aangesproken en de spanning wordt daarmee dus psychotisch verder weggeplaatst om een nieuw evenwicht te verkrijgen tegen de eerdere ervaringsspanning vermeerderd met de momentane spanning door de extra compressie, dit wordt in figuur 6.3 weergegeven. Voor een gedeelte zal de spanning "herbeleefd" worden, echter passief, omdat de spanning van buiten, extern, wordt aangebracht. In geval van een jeugdtrauma wordt gewoon weer opnieuw energie in de toegenomen psychische ruimte opgeslagen (zie ook figuur 4.2) Een aansturen op hercreëren en herbeleven van een traumatische gebeurtenis werkt dus ten diepste in op de nieuwe psychische ruimte. De psychische ruimte wordt als het ware wederom weer vol gemaakt, gekristalliseerd, net als bij het eerdere trauma. Deze grens is flinterdun, omdat het proces ook vanuit een bewuste stap zelf ingezet kan worden, vanuit de autonome eigen beweging. Echter het therapeutisch iemand gaan genezen, een externe actie inzetten om iemand te "genezen", betekent automatisch dat de cliënt in een passieve rol geplaatst wordt en wederom in de slachtoffer positie verkeerd, de eigen vitale kracht wordt daarbij niet vanuit zichzelf ingezet.

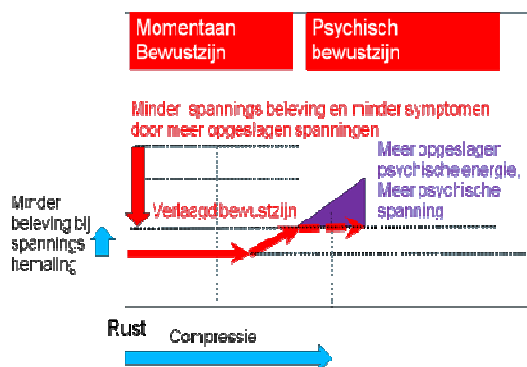
Fig 6.3 Symptomatische benadering 2



Inderdaad worden de symptomen in de dagbeleving minder, gewoon omdat de belevingsdrempel verandert daalt de beleving bij vergelijkbare compressie. Echter via de toegenomen opgeslagen psychische energie stijgt de opgeslagen spanningen, men merkt er alleen minder van...De symptomatische therapie is geslaagd, want de symptomen zijn

minder geworden. Er zijn echter een aantal nadelen, deze zijn in figuur 6.4 weergegeven. Het bewustzijn vermindert en er is meer opgeslagen psychische energie, waar de cliënt overigens doorgaans niets van merkt. Bij het ouder worden komt het levensprobleem echter gewoon terug. Door de opgeslagen psychische spanningen worden de ego-structuren versneld opgebouwd. Vervolgens zal na een aantal jaren grote leegte in de gevoelsbeleving ontstaan. Ook wordt door het verlaagde bewustzijnsniveau de kans op een psychose op later leeftijd ernstig versterkt, zie ook figuur 4.4. De kans op een zelfcrisis, Hoofdstuk 5, neemt eveneens toe.

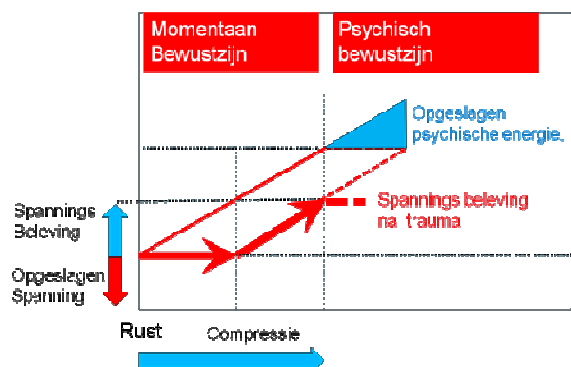
Fig 6.4 Symptomatische benadering 3



6.2 Psychocentrische aanpak

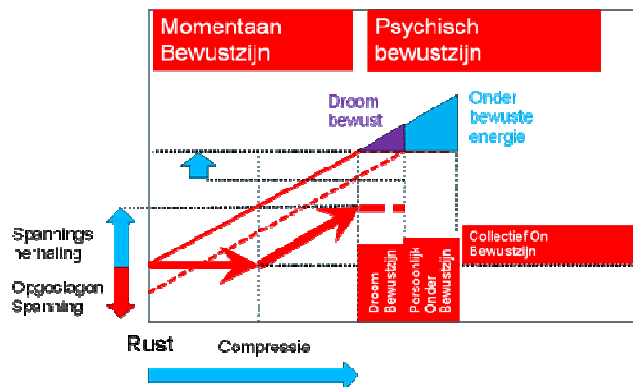
We gaan nu kijken naar de andere benadering van figuur 6.1, waarbij de psyche centraal staat, alles wordt vanuit die psyche bekeken. In plaats van actiegericht is het veel meer wachten op een autonome psychische beweging. Als impulsen van deze beweging wordt het droom bewustzijn gebruikt. Dit droombewustzijn is de grensbeleving tussen dag en nacht, tussen cognitie en psychische beleving. In figuur 2.7 van hoofdstuk 2 is dit schaduw bewustzijn uitgelegd. Bij een momentane verlaging van de dagbewustzijnsdrempel in de "droom- of imaginatie toestand", ontstaat een verhoging van het psychisch bewustzijn. Dit is het werkzame deel van de analytische therapie. In figuur 6.5 is weer het uitgangstrauma met de opgeslagen psychische energie uitgebeeld. De belevingscurve na het trauma, als er niets verandert, is ook weergegeven.

Fig 6.5 Analytische Psychotherapie 1



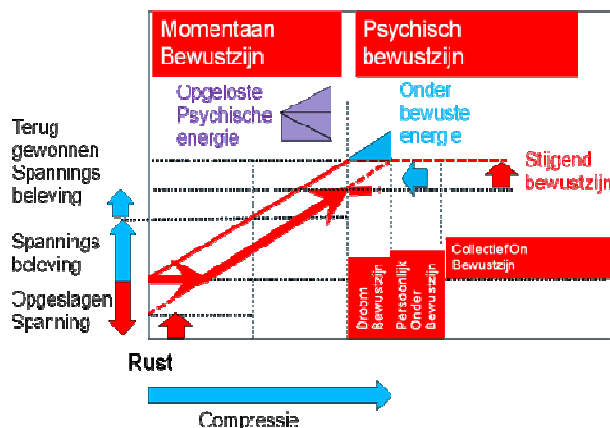
Vervolgens in figuur 6.6 schetsen worden de diverse bewustzijnsniveaus aan gegeven. Het werkzame deel, het droombewustzijn, gevolgd door een nog onderbewust persoonlijk deel. In dit stadium voor de uitleg nemen we hier even aan dat er geen persoonlijk bewuste verbinding naar een collectief bewustzijn is, het is nog onbewust. Pas bij verdere stappen kunnen ontstaat een bewustzijn in dit gebied (zie ook hoofdstuk 7).

Fig 6.6 Analytische Psychotherapie 2



Het droom bewuste deel, het donkerblauwe, dat is waar mee gewerkt kan worden, omdat het een grensbeleving is (zie fig 2.7). Dit bewustzijn is op verschillende manieren te benaderen. Vanuit de Jungiaanse therapie wordt veel met droominhouden en imaginaties gewerkt. Ook is tekenen, meer onder bewust werkend, is een goede ingang om te duiden wat de psyche vanuit haar complementaire-, supplementaire- of compensatorische werking aangeeft. Voor deze methoden verwijs ik naar de opleiding tot Jungiaans Therapeut. In figuur 6.7 zijn de effecten van het meer bewust maken van de psychische droominhouden weergegeven. De belevingscurve gaat naar boven, er is meer beleving mogelijk en het psychisch bewustzijn stijgt. Er is een aanvoegende beweging van de opgeslagen psychische energie, diepere inhouden schuiven meer naar links en komen dichterbij het dagbewustzijn. Het proces werkt precies omgekeerd als bij de symptomatische benadering. Eerst wordt de direct bereikbaar opgeslagen psychische energie aangesproken en opgelost. Hierdoor wordt de opgeslagen energie terug "opgelost" en daarmee de spanning minder.

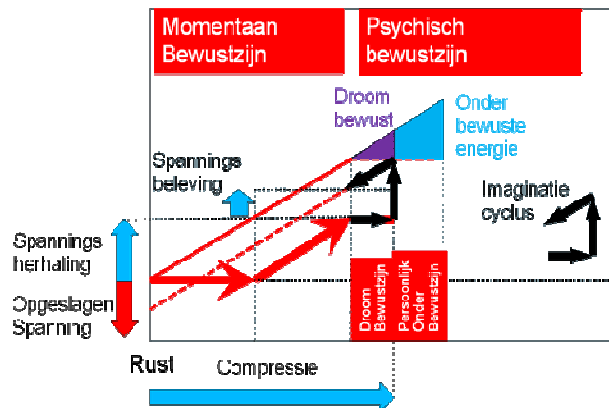
Fig 6.7 Analytische Psychotherapie 3



Om energetisch te duiden wat er gebeurt met de therapie wordt in figuur 6.8 een therapeutische imaginatiecyclus weergegeven. Door in het droombewustzijn te treden ontstaat een groter ruimte. Dit is precies het omgekeerde procescyclus als bij een trauma.

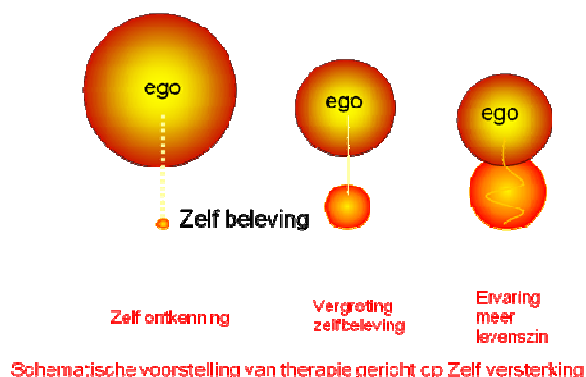
Men gebruikt de droombeleving om stapsgewijs de compressieruimte door de cliënt te laten onderzoeken. Immers de psyche zit hier aan het stuur en de therapeut volgt het proces wat zich aandient. Ook dit is weer een dunne grens, belangrijk is hier de beleving te volgen. In het psychotische deel is immers verbinding tussen cliënt en therapeut, onder de oppervlakte van het dagbewustzijn. De therapeut kan alleen sturend aanwezig zijn in dat psychisch deel dat teruggewonnen is van zijn eigen cognitie. Als het ware biedt de therapeut zijn eigen bewuste (en onderbewuste-) ruimte aan de cliënt aan, waarmee het psychisch bewustzijn van de cliënt kan groeien. Het is voor de therapeut een proces van het volgen van de cliënt, met vele stappen en vele persoonlijke in-zichten voor de cliënt...

Fig 6.8 Analytische Psychotherapie 4



Om het zelfde proces van bewustzijns groei en -beleving iets anders weer te geven, is in figuur 6.9 het effect van de therapie weergegeven. Door de stapsgewijze ruimtevergrotingen, van de therapeutische sessies, neemt de zelfbeleving van de cliënt toe. De eigen draagkracht wordt ervaren en de autonomie neemt toe, waarbij de egodominantie stapsgewijs minder wordt ten gunste van de beleving. De eigen Zelfbeleving neemt toe, de belevingsruimte van de cliënt neemt toe, hij/zij wordt sterker. De cliënt ervaart stapsgewijs meer verbindingen met de beleving/psyche.

Fig 6.9 Versterkings Therapie



Door het bewust (van binnen) bij de cliënt zelf toelaten van de ervaringen of gevoelstoestanden, om daarmee zelf en bewust te acteren, groeit het Zelfbewustzijn en daarmee de autonome levenszin. De acties naar de (levens)bedreigende ervaringen toe zijn zelf, vanuit eigen wilskracht ingezet en niet extern, maar juist intern. Men werkt in (zie fig 4.4)

van heden terug in de tijd, om zo stapsgewijs terug te werken naar uiteindelijk de geboorte ervaring.

In een oud Soefie verhaal wordt het stapsgewijs afdalen naar de beleving en haar archetypische ontmoetingen verhaald op de volgende wijze:

A great caravan arrived at a certain place where they found no habitation and no water. There was a deep well, but no bucket and no rope. To test for fresh water, they tried a kettle to a rope of their own and let it down. It struck something, and they pulled, but the kettle broke away. They sent down another and lost it too. After that they lowered thirty volunteers from the caravan, but they also disappeared.

There was a wise man there. he said, "I will go down." He was nearly to the bottom when a terrible dark creature appeared. "I can never escape from you," said the man to the monster, "but I hope at least to stay aware, so I can see what's happening to me."

"Don't tell me long stories! You're my prisoner. You'll never leave unless you answer one question."

"Ask it."

"Where is the best place?"

The wise man reflected, "I am totally helpless here. If I say Baghdad or some other beautiful place, it may be that I will insult his hometown by not mentioning it." So he replied, "The best place for someone to live is where he feels at home. If that's a hole in the middle of the earth, then that's it."

"Well said. You are a rare human being. Because of your blessing, I'll set the others free in your care and give you authority over the world. I'll take no more prisoners, and I'll release the waters of this well."

I tell this story for the inner meaning, which might be phrased in other ways, but those attached to traditional forms will accept this version. They're hard to talk to. Tell just a slightly different parable, and they won't listen at all.

Mevlana Rumi & Shams i Tabriz

Via het Analytisch Psychotherapeutische "touw", kunnen wij afdalen in de put van de belevingen om bij de meest bedreigende ervaringen uit te komen. Naast de eigen traumatische ervaringen en die van de moeder in de overdracht, komen wij uiteindelijk terug bij de belevings ervaring van de fysieke geboorte. Deze existentiële ervaring is in hoofdstuk 3 aangestipt in haar energetische effecten. Op de bodem van de put leeft een monster, dat wat in de schaduw van het eigen dagbewustzijn altijd aanwezig is geweest.

C.G. Jung zegt hierover:

The Antichrist is the dark evil side of Christ. Christ being the best man, the Antichrist is the worst, and they are one and the same person really, the dark inside and the bright outside C G Jung. Visions, pp 206f

Het gehele voorafgaande proces culmineert in deze laatste ontmoeting binnen in. Deze is niet extern te begeleiden of in te zetten, maar wel uit eigen beweging...vanuit de echte levenskennis vanuit de voorafgaande ervaringen. De gruwel dat het meest bedreigende in ons zelf een innerlijke realiteit is...

Het is deze tweelingparadox waar de westerse Christelijke boodschap is vervallen in een beeld van verraderschap van Judas (het ego-zelf), de aardse tweelingbroer van Christus (het Zelf). Waarbij Judas ook in de persoonlijke en collectieve schaduw is geplaatst...De oude gnostische boodschap is echter anders, dit bespreken wij in hoofdstuk 7.

Hoofdstuk 7 De Judas Stap

“Step away from the others and I shall tell you the mysteries of the kingdom. It is possible for you to reach it, but you will grieve a great deal. [36] For someone else will replace you, in order that the twelve [disciples] may again come to completion with their god.”

Jesus answered and said, “You will become the thirteenth, and you will be cursed by the other generations—and you will come to rule over them. In the last days they will curse your ascent [47] to the holy [generation].”

“But you will exceed all of them. For you will sacrifice the man that clothes me. Already your horn has been raised, your wrath has been kindled, your star has shown brightly, and your heart has [...]. [57]

Lift up your eyes and look at the cloud and the light within it and the stars surrounding it. The star that leads the way is your star.”
Judas lifted up his eyes and saw the luminous cloud, and he entered it. Those standing on the ground heard a voice coming from the cloud, saying, [58] [...] great generation [...] ... image [...] [—about five lines missing—].

7.1 De dood- en leven ervaring

Iedereen kent ten diepste (onbewust) de existentiële ervaring van het geboren worden, op de grens van leven en dood. Men wordt geworpen uit de moeder, door de vernauwing heen, naar de eerste ademhaling en het loskomen van de moeder. Vroeger kende men de effecten van dit geboortetrauma beter en bakerde men het pasgeboren kind in. Door compressiedruk van doeken, als bij een mummie, ontstaat een zekere mate van loslaten, waardoor een gedeelte van de spanningsactivering wordt verkleind.

Jungiaans kennen we ook therapeutisch de inzet van een geboorte-imaginatie, waardoor een gedeelte van de geboortepijn herbeleefd en geheeld kan worden. Door haar droombeleving, nachtbewustzijn, wordt het meer psychotische deel van de originele beleving teruggebracht naar het bewustzijn. De volledige realisatie echter blijft vaak achterwege door haar bedreigingsresonantie in het dagbewustzijn, dit is de moeilijkste stap naar volledige bewuste aanvaarding en overgave. Deze dient autonoom, door de cliënt zelf ingezet te worden. Om tot dit punt te komen zijn vele stappen nodig op deze weg. Dit is de laatste, de goede boodschap van Judas. De mens die weet, de gnostische mens, die bewust naar en door dit trauma heen stapt. Niet de verrader, historisch fout begrepen, maar juist het menselijk hoogste evenbeeld in deze wereld die kennis heeft van de weg naar het volle leven. Die door zijn overgave aan dat wat een echte realiteit is, de psyche, de innerlijke beweging naar een moeilijke ervaring met veel onzekerheid en pijn, in- en doorzet; Een wilsbeslissing van de hoogste orde, stelselmatig gevoed door de ervaringskennis van de vele voorgaande stappen om tot dit punt te komen (gesteund door en met de andere evangeliën of goede boodschappen tot deze laatste Judas stap).

De goede boodschap hierbij is natuurlijk dat wat eens als baby groter was en overstelpend, als volwassene een andere schaal heeft gekregen. Zoals eerder is aangegeven is de schaalgrootte van de psychische energie opgeslagen bij de geboorte een factor 25 kleiner geworden bij de groei naar volwassenheid. Echter in het momentane dagbewustzijn van het geboorte moment is het echter de grootste gruwel en splitsingservaring.

7.2 De doodervaring:

In de oude gnostische teksten wordt de analogie met de kruisiging getrokken. Wat echter niet goed bekend is, is dat de kruisigingsdood uiteindelijk een verstikkingsdood is. De beelden kennen wij allemaal uit onze Christelijke omgeving. Beelden die vaak meer gaan over het doornagelen van de handen en voeten en de speerpunt in de zij. Dit zijn bekende "kramp" punten waar o.a. de geboortekramp ook is opgeslagen. De Romeinen hebben de kruisdood bewust ingezet als afschrikkinginstrument door haar lange tijd van stervensverlenging. Bij volledige uitputting na een aantal dagen gehangen te zijn, valt het ademen zwaar, de spierkracht in armen en benen is uitgeput en door de hanging ontstaat een trek op de borstkas, waarbij ook die laatste ademhalingspijlen uiteindelijk van vermoeidheid en uitputting de ademhalingbeweging niet meer kunnen inzetten en de verstikking langzaam maar zeker vorm krijgt. Een zelfde eindtoestand is bij stervenden ook waar te nemen naar de laatste sprong of overgave toe. Bij de Romeinen werden als gratie, of genade, ook wel de knieën gebroken, zodat de gekruisigde niet langer kon staan en sneller de verstikkingsdood stierf...

Die bedoelde verstikking hier is natuurlijk een resonantie van de eerste ademhalingservaring vanuit de geboorte, zoals in hoofdstuk 3 besproken is. (Energetisch wordt dit verder uitgewerkt in 7.3) Dit is de vroegste ervaring met ademen van ieder mens. Het tot adem komen is een explosieve ervaring, waarbij door de koude shock en een overschot aan CO₂ de eerste ademteug geactiveerd wordt. De bewuste gnostische weg naar heling is hierbij het bewust aangaan van deze "verstikkingservaring", waarbij wederom een verbinding gemaakt kan worden met het diepste bewust-zijn. Waarbij de "voorhang" scheurt en verbinding met de Logos en haar collectieve verbindingen wederom als voor de geboorte terugkomt; de psychische opstanding.

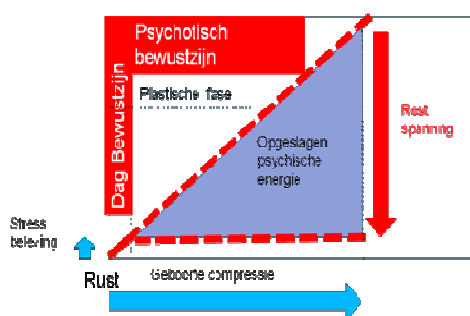
Dit is de gnostische weg van hen die echte kennis hebben. Er is de ervaring van stelselmatig ontspanning bij iedere stap, gecombineerd met een toename van kennis van de Zelfbeleving...In het geval van de zelfcrisis de onderbewuste kennis van de levensdiepte in de tijdloze psyche of ziel; Dat wat overblijft door de existentiële doodservaring heen...

7.3 Tussen samenvatting

In de voorafgaande hoofdstukken hebben we de initiatie van de egovorming en haar personae ontwikkeling besproken. De externe compressie en de volgende intrusie van de belevingswereld wordt telkens gematched met een opbouw van de ego structuur, dit is het kristallisatie effect van de archetypische structuren. Het camera obscura principe is besproken waarbij de externe bedreiging in de belevingswereld doordringt, kristalliseert en op haar buurt, als een gespiegelde resonantie de ego structuren met haar persoonlijkheden initieert, activeert en later opbouwt. Via de cognitieve resonantie en de selectieve perceptie wordt dit proces actief in het dagbewustzijn verankerd. Het dagbewustzijn is de schaduw van de voorafgaande intrusies van de psychische wereld. Het ego-ik, het dagbewustzijn, is primair een compensatiestructuur en een bescherming en wapeningsstructuur tegen de eerder beleefde intrusies.

We halen nog weer even figuur 3.2 erbij en kijken nog eens naar de hoeveelheid opgeslagen psychische energie van het geboorteproces. Als gevolg van de fysieke groei naar de volwassen leeftijd, zal de relatieve restspanning ook een factor 25 kleiner zijn, dan wat men gewend is bij het oplossen van de latere trauma's. Vanuit de cognitie echter, gekoppeld met de vroege spanningsbeleving maakt men er iets enorms van. Het lichaam is gegroeid, maar vanuit de beleving is de ervaring overstelpend geweest en in die toestand opgeslagen. Cognitief heeft men op het geboorte moment met de meest extreme ervaring te maken...

Fig 3.2 De geboorte compressie



Tevens hebben we besproken dat ieder trauma, of intrusie van de psychische wereld een voortzetting bovenop deze "geboorte activatie". Het is een stapsgewijs (ladder gewijs) opbouwen van opgeslagen psychische energie en dus vervolmaking van de archetypische structuren in de persona- en ego structuur. Het keerpunt ontstaat wanneer de persona structuur de psychische wereld volledig omsluit, de zelfcrisis. Via de therapeutische groeiweg, groeit de Zelf- of psychische belevingswereld en wordt versterkt. De balans van ego-centrisch verschuift meer naar de psychische kant van de beleving. Er is nieuw, meer gelijk evenwicht, tussen het ego-ik en de psychische Zelf. Tot dit punt alle voorgaande stappen op de terugweg van psychische ladder. Het bewust-zijn is gegroeid, tevens het besef en de ervaringen van iedere schaduwontmoeting. Er is ook de ervaring dat jeugdgebeurtenissen een gruwel lijken voor het dagbewustzijn, maar dat de werkelijke ervaring van de extreme situatie minder is. Dat bij buigen voor de psyche, loslaten, oplossen, een enorme rust ontstaat, te samen met dat extra levenscontact. Eerder is aangegeven dat de psychische energie en spanningsinhouden van de vroege adolescentie tot 21 jaar veel groter zijn. In de dagbeleving echter is de geboorte ervaring, opgeslagen dieper in het bewustzijn, een grote gruwel.

7.4 De gnostische mens en de gruwel

Er is kennis dat alles van binnen is, de grootste schoonheid en de grootste gruwel. Ik ben zowel "Ik ben" uit de prenatale fase, alsook haar verworping, de schaduw, in het ego bewustzijn. Dit besef is de hoogste gnostische kenning. Ik ben niet mijn ego, niet mijn persona, jij bent het, mijn psychische-IK; psychocentrisch. De grootste gekte in deze wereld is een maat van de afstand tot het Zelf en haar dagbeleving.

A certain person came to the friend's door and knocked.
"Who's there?"

"It's me."

The friend answered, "Go away. There's no place for raw meat at this table."

The individual went wandering for a year. Nothing but the fire of separation can change hypocrisy and ego. The person returned completely cooked, walked up and down in front of the Friend's house, gently knocked.

"who is it?"

"You."

"Please come in, my Self. There's no place in this house for two."

-Rumi-

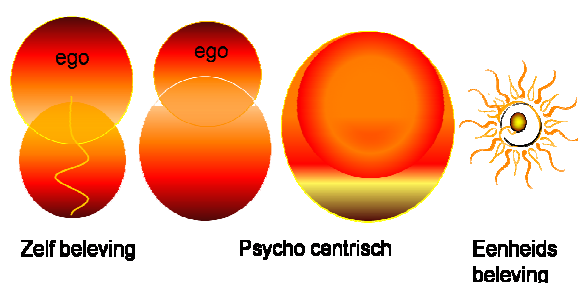
Als we even de regels van het Judas evangelie, de goede boodschap, teruglezen vinden we:

For someone else will replace you

“But you will exceed all of them. For you will sacrifice the man that clothes me. Already your horn has been raised,

Dit is de stap van bewuste overgave aan de psychische wereld van het Zelf, het oude Christus beeld hiervan, de “perfecte mens”, de grootste vis in het levenswater van de psyche.

De judas stap



Schematische voorstelling de laatste overgave

De existentiële geboorte ervaring die de ego-ik geactiveerd heeft met haar resonanties en schaduwen in het dagbewustzijn. De archetypische existentiële gruwelervaring van de doodsangst en verstikkingsangst; het beeld van de kruisiging, de hanging en verstikking.

Droom:

In ben de soldaat, aanwezig bij de kruisiging. Ik sla een spijker door de rechterhand van de op het kruis liggende Christus. Terwijl ik de nagel erin sla kijkt hij mij aan en ik kijk naar zijn ogen. Door de pijn heen, zonder verwijt kijkt hij terug...de liefdevolle overgave raakt me diep.



Ik zelf, mijn bewuste dag-ik, ben de gruwel, de draak, de wurger, Christusmoordenaar, de onechte en de anti-christ. Deze innerlijke beelden zijn bijvoorbeeld ook bij Rudolf Steiner en zijn Ahriman en Lucifer beelden terug te vinden...Zij zijn echter allen resonanties uit de schaduw kant...Volgens de oude gnostici is de wereld dan ook gemaakt (en wordt in eerste instantie ervaren) als de schepping van de Demiurg of halfgod, zij is niet de echte wereld.

Het beeld van het gestage opeten van de psychische ruimte, zoals bij de zelfcrisis, doet erg denken aan de Alchemistische draak die zich zelf op eet...Ouroboros. (Nicholas Barnaud Delphinas, *The Book of Lambspring*, zie ook afbeeldingen hieronder)



We hear two birds in the forest, yet we must understand them to be only one.



Een verdergaand proces van overgave in het besef dat van alle vissen in de zee, slechts één belangrijk is.

Werp dan de netten aan de andere kant van de boot.

De netten waren nu vol vis....

Een wijs visserman neme alleen de grootste vis en werpe alle anderen terug..

Thomas Evangelie

7.5 Alles terug

Een oud Tibetaanse gewoonte is het maken van een zandtapijt...De monniken zoeken met zorg verschillende kleurstoffen in poederkorrels bij elkaar en maken hiervan een zandtapijt met de mooiste kleuren en patronen. Na hier een maandje aan gewerkt te hebben vegen ze met stoffer alle kleuren door elkaar, door de kleurmenging ontstaat de witte kleur. De korrels worden vervolgens terug gegooid in het water van een rivier...

Het beeld lijkt me duidelijk, ieder construct van hoe de werkelijkheid is, is niet de werkelijkheid. Als spiegel van de innerlijke realiteiten een geweldig proces van het opbouwen van kennis door oplossen van oude smarten. Het terug winnen stapsgewijs van hoe eens ooit was en nu meer terug is geworden...En vervolgens los te laten tot één geheel.

7.6 Hoe verder?

Dit werk te schrijven, te laten schrijven, heeft mij een Alchemist gemaakt...met veel plezier zal ik in het 5^e studiejaar de oude alchemistische werken gaan lezen, als spiegel, als voer voor dat wat verder groeit: niet om beter te worden of verder te komen, maar uit interesse, om niets...Come what may...

Op zijn sterfbed ruim 2 jaar geleden, praat mijn vader met me...In een van zijn heldere momenten zegt hij: "Ga eens naar de boekenkast, daar heb ik nog een boek voor je liggen, speciaal voor jou". Ik loop ernaar toe en zoek even en dan zie ik een boek: "Taschenbuch der Alchemie"...Ik loop ermee naar mijn vader..."Bedoel je deze", vraag ik..."Ja, precies die"...Twee dagen later overlijdt hij...Terwijl ik mijn moeder hem vasthoudt, kijk ik hem in de ogen, zijn adem stekt en ik zeg tegen hem..."Ga maar, het is goed"...

Dit ingedroogde destillaat is al wat rest
van de meest kostbaarste aller wijnen,
van deze wijnrank met al haar kostbare druiven.

Ik was er bij in de laatste persing
en heb je grote kostbaarheid mogen smaken.
De laatste druppels, de meest heldere en
kostbare van alle.

Je bent nu een druppel in die grote
oceaan van levenswijnen.

Je doorleefde donkerrood, berkengeur
en zoete krenten smaak zal ik niet vergeten.

Waar en hoe begrijp ik niet,
maar je hebt me een liefhebber van die
kostbaarste wijn gemaakt.

In navolging hef ik de beker en
drink ter nagedachtenis en herinnering
van die meest kostbare wijn...

20080315 10.45 uur

Ogen

Je ogen zal ik niet vergeten,
erin je volledige overgave,
open schreeuwende pupillen,
in die aller laatste toestand.

Je ogen zal ik niet vergeten,
erin je voorgaan in die stap,
dankbaar dat je je liet zien,
in die aller diepste toestand.

Je ogen zal ik niet vergeten,
erin je mooiste aanwezigheid,
dankbaar dat ik erbij mocht zijn
in die aller heilige toestand.

Je ogen zal ik niet vergeten,
erin je volle overgave,
open vragend voortgaande ziel
naar die aller heilige toestand.

Je ogen zal ik niet vergeten,
erin je zilveren zachte verzoek
open vragend je nu te volgen
in die meest volle toestand.

20080322
Kain en Abel

Ik en mijn broeder zijn één,
Ik ben mijn broeders hoeder.

Mijn broeder is de zachte,
mijn broeder de geliefde.

Wij zijn en waren één,
ook al heb ik je begraven.

Ik vraag je op te staan,
naast mij te staan,
waar ik je kan volgen.

Jij bent mijn kostbaarste,
mijn geschonken hoeder.

20080322

The Poet and the Physician

A poet went to see a doctor. He said to him: "***I have all kinds of terrible symptoms.***

I am unhappy and uncomfortable, my hair and my arms and legs are as if tortured."

The doctor answered: "***Is it not true that you have not yet given out your latest poetic composition?***"

"That is true," said the poet. ***"Very well,"*** said the physician, ***"be good enough to recite."***

He did so, and, at the doctor's orders, said his lines again and again. Then the doctor said:

"Stand up, for you are now cured. What you had inside had affected your outside.

Now that it is released, you are well again."

Literatuuropgave:

1. Strijden of leiden, H.A.J. Rump, ISBN/EAN: 978-90-78044-04-8
2. Opgesloten in de schaduw, Een archetypische bepaling van menstypen. H.A.J. Rump, ISBN: 978-90-78044-03-1
3. Complexentheorie, Theorie en functie van de complexen, H.A.J. Rump, ISBN: 978-90-78044-01-7
4. Analytische therapie, de therapiestructuur bij de psychotische organisatie, H.A.J. Rump
5. Vermoeiing van bouten en geboute verbindingen, ir L.P. Bouwman, Staalkundig Genootschap, 3^e druk jan 1989.
6. Leer der vliegtuigconstructies, Rapport VTH-142, Prof. Dr. Ir A. van der Neut, Delft maart 1967.
7. Dynamiek van het menselijk bindweefsel, Functie, beschadiging en herstel, J.J. de Morree, ISBN: 987-90-313-51978
8. Groei van Nederlandse kinderen, Amstel Instituut, via internet: <http://staff.science.uva.nl/~heck/Research/groei/opdrachtC.pdf>
9. Het heldert met de tijd, Joop H. van Birgelen, Drukkerij Holders, Winterswijk.

Bijlage 1: Eigen verhaal:

Jeugdtrauma

Ik ben ongeveer 5 jaar oud, het is 1963 en ben met mijn 1 jaar oudere broer aan het spelen in het bos bij Beresteyn (Voorschoten). Het is reuze spannend hier, want er is een vijver, salamanders, hoge bomen en er is een soort grot. Mijn broer en ik zijn altijd samen en hebben ook zonder woorden verbinding en contact.

Wij zijn daar aan het spelen wanneer ik bemerk dat we bespied worden door een man. Die dan ook tevoorschijn komt en meteen meldt dat wij hier niet mogen komen. Ik zeg tegen mijn grote broer, laten we vechten dan kunnen we ontsnappen, we kunnen hem best aan. Mijn broer is echter verstijfd van angst en beweegt niet. Mijn poging mislukt, ik ben gewoon te klein en alleen kan ik het niet. Dan maakt duidelijk dat wij moeten doen zoals hij zegt. Hij wil mijn broer meenemen en ik moet blijven staan. Ik vraag nog of ik niet mee kan, want ik ben bang alleen. "Nee" zegt hij, (waarom wil hij mij niet en mijn blonde broer wel, ben ik niet goed??) "Niet alleen mag je niet mee, maar als je beweegt of hulp roept komt je broer niet meer terug". Ik blijf alleen achter en zie mijn geliefde broer met de man weglopen richting de grot. Nu ben ik alleen, het is eng alleen in zo'n bos...

Van de angst verstijf ik nu ook. Tegelijkertijd realiseer ik me dat ik niet mag bewegen. Wat is dat niet bewegen?? De angst wordt groter, ik grijp mijn voeten vast in de grond als om mij zelf vast te zetten, zodat ik niet weg kan lopen. Ik realiseer me dat verstijving ook betekent dat ik niet beweeg, ik versterk bewust de verkramping en verkramp mijzelf door de knieën en naar boven toe. Dan roep ik in wanhoop in de stilte mijn moeder, "Mamma" in de hoop dat zij dit kan horen. Ik roep mijn broer in diezelfde stilte, waar ik altijd zonder woorden contact met hem had, geen contact meer. Ik merk dat ik ademhaal en realiseer me dat ademen ook beweging is en hou mijn adem in. De druk gaat omhoog...Nu begin ik te bidden, vouw voorzichtig mijn handen, langzaam alsof niet te bewegen. "Red mij God!...Red mij!"...Geen antwoord. Ik bid verder: "Als U mij niet redt, red dan mijn broer!"..geen antwoord. "Als U mijn broer niet redt, geef mij dan het vermogen hem te redden!"...Als antwoord komt dan een korte vraag: **"Hoeveel liefde heb je?"**...Mijn antwoord is: "alles wat ik ben of heb geef ik voor deze ene"... is...De druk van de ingehouden adem gaat nog steeds omhoog, mijn hart pompt, knalt, in mijn oren. Het doet enorme pijn, maar ik moet erbij blijven anders ga ik gillen en verlies ik mijn geliefde broer...De wilskracht is extreem om hierbij te blijven, de pijn, de keel dicht te houden, niet te gillen, niet gillen!! Ik neem afscheid van mijn moeder, "dank", ik neem afscheid van mijn broer, "dank, waar ben je, hoe is het met je". Ik zet door en hou mijn keel dicht...Het is alsof een bom in mij ontploft... Dan realiseer ik mij dat mijn hart klopt, het suizen dooringt mij en dat ook dat beweging is...Beweging betekend mijn broer niet meer terug... Ik besluit mijn hart, mijn borst, af te knijpen om ook daar de beweging stil te leggen.. Dan ineens lig ik, mijn lichaam, op de grond, enorme paniek, nu komt mijn broer niet meer terug, ik heb bewogen...en toch weer geen paniek..ik ben er ook uit....een vreemde rust komt over me en ik realiseer me dat niets moet of hoeft..Ik ben op twee plaatsen tegelijk..Is dit beweging?...Wat zal ik nu doen? Ik besluit naar mijn broer toe te gaan..en ben er...Ik zie mijn broer als lichtende gestalte en ook de 'man' maar als donkere wolk..Ik 'klop' weer aan bij mijn broer..."Hoe gaat het met je?" ...Hij geeft nog steeds geen antwoord..

Wat nu te doen? In deze vreemde rust realiseer ik mij dat ik mijn woord gegeven heb, "alles wat ik ben of heb geef ik voor deze ene"...Wat nu te doen? Ik kan weggaan, maar besluit mijn woord te voltrekken en 'spring' in de donkere wolk alsom mijzelf te offeren. De wolk nu (de man) is daarop veranderd in een lichtende gestalte en ik ben nog steeds..het lukt niet om mijzelf te offeren, te geven...Het lukt niet!!...

Ik ga terug naar mijn broer en 'klop' weer aan: "Hoe is het met je?"..Geen antwoord...

Wat nu te doen? Ik kan hier niets meer doen. Ik kan weggaan, maar ik wil bij mijn geliefde broer blijven...Ik kan hem in deze wereld en toestand niet redden..dus besluit ik om terug te gaan naar mijn lichaam, dan kan ik misschien toch nog naar hem toe...Ik ga door mijn hoofd mijn lichaam weer binnen en breng mijn hart weer op gang..het doet verschrikkelijke pijn om het hart en het vastgevroren lichaam weer op gang te brengen..Terwijl ik daarmee bezig ben, komt mijn broer aangelopen en samen lopen we terug naar huis..Het lopen gaat moeizaam, alsof alles kapot is...in stilte van de schrik lopen wij samen zonder woorden terug....

Thuis gekomen ga ik naar boven en doe mijn vieze onderbroek uit. Ik schaam me dat ik in mijn broek heb gedaan, spoel de poep er onder de kraan af en doe een schone onderbroek aan en ga in stilte naar beneden. Mijn broer heeft inmiddels zijn verhaal vertelt. Ik probeer te vertellen wat ik heb meegemaakt, maar mijn moeder zegt: "Je hebt toch niets meegemaakt, je was er toch niet bij, je broer is toch meegenomen!". In mijn tweede poging iets te vertellen zegt mijn vader vervolgens: "Je had gewoon weg moeten lopen en hulp moeten halen!"...Ik besluit in schaamte dat ik alles verkeerd heb gedaan en draai dit deel van mij de nek om...Ik mag er niet zijn....

Het begin van wederkeer:

Het heeft een aantal jaren geduurd en een lange weg om dit verhaal zo te kunnen opschrijven. Die innerlijke stem vooral, dat zgn. 'God' een innerlijke realiteit is en dat levensoordeel en levenszin daarvan afhankelijk zouden zijn is een zwaar verteringsproces geweest. Die innerlijke 'stem' ken ik ook uit later ervaring toen ik in China in 1998 een zware baan had. Als gezin zouden we naar China verhuizen. Als verkenningstrip een vakantie naar Beijing, Sjanghai met het hele gezin gemaakt. Tja wat doe je met twee jonge kinderen van 4 en 6 jaar? Dus wij naar de diertuin van Beijing op zoek naar de Panda's. Inderdaad daar staan we te kijken naar een stuk of vijf panda's in een glazen terrarium ter grootte van een 5x6 woonkamer. Nu ja geen enkele beweging, alleen die vadsig liggende, niets doende Panda's.. Wij staan daar zo op een rijtje, pappa, mamma en twee blonde spruiten..In mijn ooghoek zie ik achter ons een rij formieren van Chinezen..Waarom toch, wat is er aan de hand? Chinezen, Panda's, Chinezen, Panda's?...Vragend maak ik een gebaar naar de rij van inmiddels wel 50 chinezen in stille afwachting..Een komt naar voren en mompelt zo iets van "foto"..Hij wil met mijn blonde kinderen (inderdaad een prachtig stelletje) op de foto..Een leuk contact moment..Nu ja maar even doen..Dan ontstaat een Chinese ruzie over wie de volgende is...De hele rij wil met onze kinderen op de foto! In een draai van de werkelijkheid zijn ineens mijn kinderen belangrijker dan de Panda's..Geschrokken trekken wij ons terug..Dat beeld van de kinderen die dan ineens nooit meer zichzelf kunnen zijn en een rareit in China blijft spoken...

Een maand later zit ik met klanten in een nachtclub, waar ook dames aanwezig zijn.. Op die avond komt de volgende vraag spontaan uit het niets bij me naar binnen:

"Wat doet U hier?". Het verrast me en zit mij allemaal niet lekker..Ik kan hierop geen antwoord geven..Ik betaal een dame, ze spreekt goed Engels, een som van 400 Yuan, toen een vorstelijk bedrag. Ik praat tegen haar aan over deze rare omgeving, dit rare leven en de zakenwereld..Ze vindt me wel aardig en vraagt me wat ik wil, voor geld deed ze wel alles. Zij verkocht haar lichaam, maar ik voelde me in alles haar mindere..Ik verkocht mijzelf en mijn gezin voor mijn ambitie, waarom?...Ik antwoord haar nogmaals dat ik wil gewoon wil praten en of ze wil luisteren..en besluit vervolgens samen in een gesprek met haar mijn baan op te zeggen en terug naar Nederland te gaan. Ik bel die avond mijn vrouw in Nederland op en vertel haar dat naar China gaan een foute beslissing is..Huilend zit ik aan de telefoon..Zij antwoord: "Kom eerst maar thuis daarna zien we wel"..Thuis komen, dat is het wel...

Die vraag: **"Wat doet U hier?"** is het begin geweest van mijn terugweg. Mijn pad van wederkeer, begin van mijn individuatieproces. Ik kon geen oprecht antwoord geven op deze vraag. Als de vraag was geweest "wat doe je hier?", dan had ik nog kunnen zeggen geld verdienen en plezier maken. Het respectvolle 'U' in de vraag was van een andere orde. Wat doe ik met mijn leven en diegenen die aan mij zijn toevertrouwd? Ten diepste gaat het hier om zingeving. Die vraag naar zin is natuurlijk geboren uit de onzin, ontwording en gekte van het leven; de gekte in mijn eigen leven, die van mijn ouders en misschien nog hele generaties daaromheen...De toen nog ongekende, onbegrepen en onverwerkte persoonlijke resonanties van eigen ontwording, oorlog (via mijn ouders) en andere collectieve gekten..

De eerste vraag: **"Hoeveel liefde heb je?"**...kan ik inmiddels oprecht beantwoorden met: net zoveel als iedereen, het is in mij en overal om mij heen...Liefde overwint alles...