

# REÏNCARNATIE- EN REGRESSIETHERAPIE

## Wat is Reïncarnatietherapie?

Reïncarnatietherapie is een intensieve vorm van inzichtgevende individuele psychotherapie. Tijdens deze therapie gaan we aan het werk met de problemen/symptomen waar de cliënt last van heeft. Dit kunnen recente gebeurtenissen zijn die je hebt meegemaakt, maar ook kun je denken aan alle vormen van mishandeling: geestelijk, lichamelijk of seksueel. Eigenlijk alle momenten in je leven waardoor je heel erg schrikt. Doordat na schrik altijd shock volgt en heel vaak deze shocktoestand niet op een natuurlijke manier verwerkt wordt ontstaat er dus een trauma en daar kun je later last van krijgen. Herkenbare zaken: vooral maar niet meer aan denken.... en zeker niet voelen.....als ik boos wordt dan..... Aangepast gedrag (invullen voor anderen, en altijd goed uitkijken wat je zegt/doet), je altijd ergens schuldig over voelen. Je stelt jezelf steeds de vraag van waarom IK??? En dit is nog maar een kleine opsomming! Ook lichamelijke klachten kunnen heel goed behandeld worden met reïncarnatietherapie: eczeem, huidaandoeningen, maar ook fysieke klachten (nekpijn, rugpijn etc etc). Ik werk holistisch: lichaam, emoties, gedachtes en het spirituele aspect. Reïncarnatietherapie wordt zo genoemd omdat we teruggaan naar vorige levens. Hier ligt vaak de oorsprong van een trauma dat in dit leven nogmaals wordt beleefd (getriggered). Na de behandeling van het trauma (in dit leven en eventueel in vorige levens) zul je ervaren dat je meer energie krijgt en steeds beter luistert naar jezelf (wat wil ik? wat is goed voor mij?) Je kunt daardoor beter in het hier en nu leven en de verbinding met andere mensen, natuur, cultuur en materie(geld o.a.) wordt beter. Je hoeft overigens niet te geloven in vorige levens! Je kunt een vorig leven ook zien als een fantasie om problematiek op te lossen. Je hoeft het idee alleen maar toe te laten binnen de therapie.

## Wat is Regressietherapie?

Regressie betekent terug in de tijd. Elk probleem is ooit ergens begonnen en heeft dus een begin. Dit begin kan liggen in een situatie van enkele weken/maanden geleden, de vroege jeugd, of nog verder terug: de tijd in de baarmoeder en/of de geboorte. Als we verder weg (vorig leven) op zoek gaan naar de achterliggende oorsprong van een probleem dan spreken we niet meer over regressie maar over reïncarnatie.

## Mijn manier van werken:

Er vindt eerst een gesprek plaats om inzicht te krijgen in de problematiek. Tijdens dit gesprek wordt er al veel duidelijk voor de cliënt en kunnen er mogelijk al inzichten ontstaan in deze problematiek. Deze herbeleving gebeurt met behulp van trance. Je kunt het vergelijken met het lezen van een boek of het bekijken van een film: je bent je ook nog bewust van je omgeving, maar je zit wel helemaal in het verhaal.

Na het vernemen van of het meemaken van een trauma, als slachtoffer maar zeker ook als toeschouwer, kan er ineens iets veranderen in je leven. Je krijgt bijv. nachtmerries, of het gebeurde kan je maar niet loslaten: je blijft er steeds maar mee bezig. Dit noemen we incidenteel trauma en is erg snel te verwerken door 1 of 2 sessies door te werken. We gaan gelijk aan de slag. Hierna kun je dan je leven weer op jouw manier verder leven, waarbij het trauma een ervaring is geworden en je geen last meer hebt van de gebeurtenis.

Inmiddels heb ik een geheel eigen systeem van werken ontwikkeld, waarbij alles veel sneller verwerkt wordt: eerst een kort gesprek waarna je in de behandelstoel gaat zitten (met een mantel van onvoorwaardelijke liefde). Tijdens de afstemming teken ik ondertussen, en ga je in trance waarbij er kan worden herbeleefd. Via instructies ga je contact maken met je ware kern, en ik breng je helemaal in verbinding hiermee. Aan het einde van de sessie ga je de tekening doormidden knippen, waarbij je heel bewust afscheid neemt van de oude patronen en je verwelkomt het nieuwe. Deze tekeningen neem je mee naar huis en de oude situatie ga je verbranden of begraven, ritueel afscheid van nemen. De nieuwe situatie die getekend is is een reminder van wie je in je kern bent. Deze methode werkt heel krachtig. Op een zachte manier.....