

The Healer Within Nieuwe NLP-tool voor toe

*Patiënten zijn patiënt
als ze 'uit rapport' zijn
met hun onbewuste*

MILTON ERICKSON



gang Innerlijke Genezer



De input van de 'meester', John Grinder, verschaftte Angélique de Graaff, NLP-trainer, tijdens zijn tweedaagse training 'The Healer Within', afgelopen zomer in Spanje, verwondering over de genezende kracht van het onbewuste bij de toepassing van een nieuwe NLP-tool voor (zelf-)genezing. In onderstaand artikel zet ze het hoe, het waarom en het format van deze -net zo effectieve als elegante- techniek, om schijnbaar moeiteloos in de 'genezings-state' te raken, voor je uiteen.

Je hebt al in de vorige Inzicht in mijn column kunnen lezen over hoe mijn reis naar Spanje met vallen en opstaan was verlopen (INzicht 15/4).

Ik ben - aan het begin van dit verslag - op de plek van bestemming aangekomen. Hotel Costa Narejos in Los Alcazares, onder de rook van Murcia Airport en een uurtje van mijn plaats van aankomst: Luchthaven Alicante. In dit hotel zullen de drie weken trainerstraining van John Grinder, Carmen Bostic St.Clair en Michael Carroll plaatsvinden. Voor de voorafgaande tweedaagse workshop 'The Healer Within' hebben ze een nabijgelegen accommodatie uitgezocht en die besluit ik maar meteen op te sporen. Het blijkt een buurthuis/sportcomplexje te zijn op een steenworp afstand van het hotel. Mooi. Dat eenmaal geverifieerd hebbend, maak ik kwartier in het hotel. Mijn NLP in the Sun-avontuur kan beginnen.

Wat voorafging aan mijn deelname aan The Healer Within

Ik ben benieuwd. Ik had tijdens de New Code Practitioneropleiding die John en Carmen gaven in de RAI in Amsterdam, nu bijna twee jaar geleden, voor het eerst kennism gemaakt met The Healer Within. Feitelijk bleek het protocol een logisch uitvloeisel te zijn van de 6-stapsherkaderingstechniek. Inmiddels was - wat John betreft - deze techniek van naam veranderd: N-Step Reframe, waarbij hij aantekende dat van echt herkaderen in deze techniek geen sprake was. Een vergissing eertijds van hem en Richard bij het bedenken van een naam voor een techniek. De N-verving de 6 vanwege het feit dat het in uitvoering meestal geen 6 stappen waren, maar een onbekend aantal stappen, loops en herhalingsstappen.



In de RAI werd ik een aantal malen fors verrast. In positieve zin. De eerste verrassing was wel het ervaren van onwillekeurige signalen uit het onbewuste. Als langjarig NLP-trainer had ik met de 6-staps herkadereing gewerkt en ik had er ook goede resultaten van gezien en toen gebeurde dit:

Op de vraag wie zijn (John Grinders) demo wilde zijn, schoot mijn arm de lucht in. Bijna ook een onwillekeurig signaal te noemen, zo reflexmatig gebeurde dat. Uit een klein bosje armen werd de mijne gekozen en ik mocht voor de groep op een stoel plaatsnemen. Terwijl ik daar zat en de groep eens in mij opnam, hoorde ik dat John zich met hen bezighield. Ik hoorde hem uitleggen wat de demo van zo dadelijk inhield en ik hoorde hem in algemene termen de mogelijkheid benoemen om in contact te treden met je eigen onbewuste. Ik vond dat allemaal vrij logisch en ik zat daarom ontspannen in afwachting van de dingen die komen gingen. Steeds meer naar binnengekeerd, dat wel.

Onwillekeurige signalen van het onbewuste

John wendde zich tot mij en vroeg of ik bij mezelf naar binnen wilde gaan om contact te leggen met mijn onbewuste. Mijn onbewuste te vragen of het goed was dat ik met hem/haar zou communiceren en het signaal dat ik zou krijgen op te vatten als een 'ja'. Het signaal, zo ging hij verder, zou een verandering in lichaamssensaties kunnen zijn, een prikkelend gevoel, een huive-

ring, een... eigenlijk van alles. En nog voordat hij goed en wel was uitgesproken voelde ik een overweldigende hitte in mijn buik naar boven komen. Ik opende geschrokken mijn ogen en zei: 'ik weet niet of dit wel een dergelijk signaal is... Ik heb gewoon een sterk brandende open haard in mijn buik.' Ik kon nog wel zien dat hij een geamuseerd lachje om zijn mond had, toen hij me uitnodigde om met mijn hand op de plek waar het 'haardvuur' was ontstoken weer naar binnen te gaan om mijn onbewuste te bedanken voor dit signaal. Ik deed als gevraagd en vroeg toen, terug naar hem en de groep: 'maar eh, de warmte is nu helemaal weg en ik weet echt niet of ik het allemaal wel zo goed gevoeld heb.' John vroeg me om meteen maar eens te zien of ik dat warme haardvuurtje tevoorschijn kon toveren: 'laat de warmte maar bewust hier en nu opkomen. Doe je best.' Ik deed mijn best en kon de warmte niet oproepen. 'Oh? Dus bewust kun je het niet oproepen. Dat zou wel eens een bewijs kunnen zijn dat we hier met een on-bewust signaal te maken hebben.' Ik vond het allemaal nog wat al te simpel. 'Ik denk dat ik het verzin,' zei ik. Ik voel nu niks.' 'Weet je wat?' opperde John, 'ga maar weer naar binnen en vraag eens aan je onbewuste of hij je een 'nee-signaal' geven.' Nog voordat hij zijn zin had afgemaakt had ik mijn ogen gesloten om ze onmiddellijk weer open te sperren: 'eh, nou dit is natuurlijk al helemaal niet juist! Ik voel nou een hele lading koude ijsblokjes in mijn buik van boven naar beneden vallen. Precies alsof er een

ijsblokjesmachine in mijn buik zit. Ik hoor ze bijna tinglelen als ze op elkaar vallen. Dat kan niet een 'nee-signaal' zijn.' John moest lachen om mijn gestamel en vroeg me toen onverwachts: 'vraag eens aan je onbewuste of de ijsblokjes een 'nee-signaal' zijn.' En ik hoefde niet eens mijn ogen te sluiten: onmiddellijk vloog de open haard aan! 'Hm,' orakelde John, 'lijkt me een duidelijk antwoord van je onbewuste, toch?'

De vooronderstelling is: dat elk mens in zichzelf de kracht tot genezing herbergt

Stem terug

Later in dat meerdaags seminar zou hij het protocol van The Healer Within demonstreren. Een toegift, meen ik, want het kwam niet in onze manual voor. Het was de laatste dag en ik had met hem afgesproken dat ik hem tussen de middag zou interviewen. En... ik was mijn stem kwijt. Alle oorzaken van buiten en vanuit mezelf liet ik de revue passeren: alle dagen airco, veel gepraat met medestudenten, vermoeidheid, mezelf afvragen of mijn ad hoc vragen stellen tijdens het aanstaande interview gold als 'goed voorbereid zijn?'. Kortom, was het fysiek, psychisch of kon ik niets zeggen zodat ik geen 'verkeerde dingen' zou vragen?

Het bleek er allemaal niet toe te doen. John koos een andere 'arm' uit het opgestoken armen-bos en sprak mij apart aan: 'doe in jezelf mee met deze demo. Pak je stem aan. Je bent allang in staat om aan self-application te doen.' Bijna 60 jaar, op dat moment, en dan toch tot aan mijn haarwortels blozen van genoeg... Het intern meedoen aan de demo was voldoende: ik kreeg nog diezelfde ochtend mijn stem terug. Hoe het interview verliep en wat het verder durende gevolg van dat specifieke interview was, lees je een volgende keer in INzicht.

Wat je moet weten

Het lichaam, ons lichaam, houdt zichzelf van nature in stand. Oude Chinese filosofie (Qigong) en die uit India (Prana), leren ons dat er een natuurlijk vermogen in ons zetelt dat zelf-herstellend is. Onverwerkte emotionele conflicten kunnen schade berokkenen aan ons natuurlijk herstelvermogen.

Angst is de meest voorkomende stoorzender voor dat herstelvermogen. Angst kent vele verschijningsvormen, zoals twijfelen aan jezelf, jaloezie, achterdocht, boosheid, verwijten. Al die zaken berokkenen schade op elk niveau van de spirituele geest, van de emotie en van het lichaam en ze veroorzaken daarmee lichamelijke verschijnselen.

Als je de dagelijkse pijnen en pijnjes zou zien als indicatoren van een balansverstoring in je lichaam, hoe fijn zou het dan zijn om op intelligente wijze te reageren op deze indicatoren? Om een alliantie aan te gaan met je onbewuste en zodoende de fysiologie te herstellen? Gewoon door helder te leren communiceren met je onbewuste.

The Healer Within leert je om toegang te hebben tot je Innerlijke Genezer/Heler. Dat stelt je in staat om balans te herstellen, en om genezing en gezondheid te bevorderen. Anders gezegd: wanneer je in verbinding staat met je onbewuste dan heb je de gelegenheid om toegang te krijgen tot de waanzinnig oeverloze bronnen die je tot je beschikking hebt.

De vooronderstelling is dat elk mens in zichzelf de kracht tot genezing herbergt. De kracht om ziektes en aandoeningen te voorkomen of tegen te gaan. De poort tot genezing is een 'staat'. Vandaar dat John Grinders Healer Within gebruik maakt van vele New Code applicaties die je in een High Performance State brengen.

Iedere 'staat' waarin je als 'vanzelf' terechtgekomen bent, heeft zijn basis in een herhalende configuratie van fysiologie en neurologie dat de ene 'staat' onderscheid van alle andere mogelijke 'staten'. Veel ziektes laten een gevoeligheid voor 'staat' zien. Het THW seminar is een onderzoek naar hoe New Code Patronen High Performance States genereren en hoe die HPS's hun uitwerking op gezondheid hebben.

De mogelijkheid die we hebben om de aangeboren intelligentie van ons lichaam aan te boren om disbalans en gezondheidsfalen te herstellen is het constante uitgangspunt in The Healer Within.

Ik leerde er hoe je veranderingen teweeg brengt bij jezelf en anderen, hoe je verstoringen aanpakt en je gezondheid herwint.

Kelelementen van The Healer Within

- Het identificeren en corrigeren van disbalans en andere condities die traditioneel gezien tot het domein van de medische beoefening vallen
- Het proactief scannen en herstellen van de balans

- in het lichaam en de borging daarvan, zodat dergelijke vormen van disbalans (ziektes en aanverwante condities) in de toekomst worden vermeden
- Het gebruiken van een aantal processen om genezing te bevorderen en te versnellen.
 - af te rekenen met de mythe van oorzaak-gevolg in biologische systemen
 - je onbewuste aan te spreken zonder formele inducties
 - ervoor te zorgen dat externe druk uit je omgeving geen interne druk of stress wordt.

De opbrengst

Wat we zouden leren laat zich als volgt opsommen:

- een onbalans in je lichaam of je geest te herkennen
- in contact te treden met de wijsheid van de Body New Code NLP als generiek verandermodel
- contact te leggen met je Innerlijke Genezer
- New Code games in te zetten in de context van heling en genezing
- op de meest effectieve manier precieze communicatie met je onbewuste te hebben
- een alliantie op te bouwen met je innerlijke dialoog
- anderen te helpen om met hun eigen Innerlijke Genezer in contact te komen
- de Kracht van Intentie te gebruiken om verandering te creëren

The Healer Within: hoe longontsteking in 4 dagen genas

Ken je dat? Van die casus waarin ongelooflijke resultaten worden beschreven en toegeschreven aan bepaalde interventies? Ik kende ze. Ik wist nooit wat ik ermee moest. Totdat ik zelf....

*De poort tot
genezing is:
een 'staat'*



Al een aantal weken had ik last van hoestbuien en dodelijke vermoeidheid. Dat wil zeggen, ik wist niet dat ik dodelijk vermoeid was, want als extreem ochtendmens lag ik uit gewoonte 's avonds eerder in bed dan de gemiddelde westerse mens. En vermoeidheid noemde ik dus altijd 'slaap'. Gezonde slaap na een dag vol belevenissen.

Het begon me wel op te vallen dat ik na een lesdag, zeker als dat een onderdeel van een lesblok van een aantal dagen was, amper wist hoe ik thuis of in een hotel moest komen. Maar zodra mijn hoofd een kussen raakte sliep ik als een roos en meende ik de dag erop dat alles in orde was.

Vervolgens overviel mij een aantal keren per dag een overweldigende behoefte even te gaan liggen. Als ik thuis aan het werk was, deed ik dat ook en dan verstreek er zo maar met gemak een paar uur in diepe slaap. Een ongewone lust om horizontaal te gaan. Ik dacht vaak hoe raar dat was. Zou ik toch oud aan het worden zijn?

Pas toen het Pinksteren was en - na me verheugd te hebben op hun komst - ik de kinderen en kleinkinderen moest afzeggen omdat ik niet meer kon functioneren, dacht ik: 'hm, er is nu echt iets mis.'

Een dag later constateerde de huisarts een fikse longontsteking. Hij stelde een antibioticumkuur voor, die ik braaf ophaalde bij de apotheek, maar die ik me voornam niet te gebruiken. Eerst de dag erna naar de elektro-acupuncturist. Eens kijken wat hij constateerde. Ik hoefde niets te zeggen, want zijn 'meters' sloegen uit op 'een ernstige longontsteking'. Ik opperde: 'Ik heb antibiotica voorgeschreven gekregen, wat doe ik ermee?' 'Niets, zou ik zeggen. Antibiotica werkt sowieso alleen op een bacteriële infectie en bij jou is het een viraal verhaal.' 'Pfoei,' dacht ik, 'wat een geluk dat ik de medicijnen in hun verpakking had gelaten. Straks bij de apotheek terugbrengen.'

Van de elektro-acupuncturist nam ik flesjes en tabletten 'schoonmaak'-middelen en supplementen mee. Op mijn vraag of hij het goed vond dat ik een experiment deed met een proces uit 'mijn wereld van NLP' reageerde hij positief. Ik sprak af dat ik de supplementen en schoonmaakdruppels nog even gesloten op mijn nachtkastje zou laten staan, om zo de werking van het proces dat ik in Amsterdam had meegemaakt nu op deze lichamelijke disbalans te gaan uittesten.

Ik had John Grinder een mail om hulp gestuurd en de reactie kwam instant: het hele protocol van The Healer Within. Het staat beschreven op een aantal websites, dus ik ga er vanuit dat ik de vrijheid heb dit protocol verderop aan jullie te onthullen.

In elk geval ging ik er nu zelf mee aan de slag. Self-application. Ik was benieuwd. Het hele proces las ik eerst zorgvuldig door (best lastig als je een voorkeur hebt voor globaal en snel). Vervolgens deed ik elke stap met aandacht en intensiteit. Ik ontdekte het onwillekeurige 'ja'-signaal, dat deze keer een heftige prikkel in mijn keel was. Bijna hetzelfde als de hoestprikkel die ik nu wekenlang ervoer. Het verschil was, dat toen ik 'dank je wel voor het geven van dit ja-signaal' zei, de hoestprikkel onmiddellijk verdween. Ik testte dat nog een aantal keer en ja, het effect was telkens hetzelfde. Ik besloot geen 'nee'-signaal op te vragen. Eens zien hoever ik met alleen 'ja' van het onbewuste toekon.

Ik onderwierp mezelf aan de hele The Healer Within strategie met volledige overgave. De onbewuste antwoorden waren congruent. Ja, het onbewuste wist dat er een onbalans was. Ja, hij/zij kon deze onbalans herstellen. Zeker wel, het onbewuste nam verantwoordelijkheid voor het herstel van het evenwicht. En toen de kers op de taart: 'hoe lang, onbewuste, neemt het in beslag om het herstel voor elkaar te hebben?' En terwijl ik in mijn enthousiasme wachtte op een antwoord en wachtte, en wachtte, kwam er helemaal niets. Nee, logisch niet. Het duurde even voordat ik doorhad dat ik een 'open' vraag stelde, waar niet met 'ja' (dat ik als signaal had geïnstalleerd) of 'nee' op kon worden geantwoord. Ik startte een nieuwe vragenreeks: 'Onbewuste, duurt het herstel langer dan 3 maanden?' Geen antwoord. Bij gebrek aan een 'nee' bedacht ik: 'Ok, onbewuste, duurt het korter dan 3 maanden?' Gelukkig: een 'ja' volgde. 'Duurt het korter dan 3 maanden en langer dan 1 week?' Geen antwoord. Ik begon te twifelen of een allerlichtste tinteling in de buurt van mijn keel soms... Ik deed de stoute schoenen aan: 'Duurt het korter dan een week?' 'Ja!'. Hè? 'Duurt het korter dan een week en langer dan 2 dagen?' 'Ja.' 'Langer dan 3 dagen korter dan een week?' 'Ja.' Dan maar omhoog werken: 'Duurt het herstel 4 dagen?' 'Ja.!!!! Een dergelijke precisie, dat had ik niet verwacht.

Ineens realiseerde ik me dat ik de komende 4 dagen een opleiding NLP zou geven; ging geven. 'Eh, onbewuste, de komende dagen geef ik les. Kun je me een seintje geven als ik iets doe dat het herstel zou kunnen tegengaan?' 'Ja.' 'Eh, ok. Wat dan?' Geen antwoord. Ik dwong mezelf creatief te zijn en aan mijn onbewuste informatie te ontlocken. 'Onbewuste, kan het 'ja-signaal', die felle prikkel in mijn keel, een seintje zijn waarmee je me waarschuwt?' En onmiddellijk staken duizend prikken in mijn keel. Ongelofelijk.

'Dank je wel, onbewuste, dat je met me hebt willen communiceren.' En ik legde, als het ware, dankbaar de hoorn neer.

Die komende vier dagen sprak ik met mijn duo-trainer af dat als ik een seintje van mijn onbewuste kreeg, ik mezelf met een kussen en een lakentje zou terugtrekken om een power-nap te doen. En zo gebeurde. In de eerste drie dagen heb ik meen ik 2 keer heel even pas op de plaats gemaakt. De studenten wisten overigens van niks, totdat ik de vierde dag de zaal binnenkwam. 'Héé, Angélique, je bent er weer!' zeiden er een paar in verschillende bewoordingen. 'Ben er weer? Ik ben hier toch alle dagen geweest?' Was er nou ook iets mis met mijn realiteitsbeleving? Was ik al die dagen niet hier geweest? 'Ja, maar nu bén je er weer. Je straalt weer. Je ogen schitteren. Je ziet er weer goed uit!' Ik keek met verbijstering naar mijn duo-trainer: 'het is de vierde dag! Stamelde ik. Vandaag ben ik weer helemaal hersteld!' Je kunt begrijpen hoe graag ik naar de 2-daagse The Healer Within ging om nu werkelijk het naadje van deze kous te weten te komen.

The Healer Within in Spanje

De eerste ochtend rammelde ik in alle vroegte aan een gesloten hek. Mijn enthousiasme en ongeduld hadden me al te vroeg naar buiten doen lopen. Ik ontdekte al gauw een bel en het hek schoot open.

De ambiance was simpel en de temperatuur was aangenaam. Ik liep de trap op om te ontdekken dat een paar mensen mij in enthousiasme en ongeduld hadden verslagen. Spoedig kregen we toegang tot een soort aula en ik geraakte in geanimeerd gesprek met een aantal interessante mensen. De tijd verliep snel en voordat ik het wist kondigde wat rumoer de komst van John Grinder aan.

Mensen liepen op hem af, stelden onderweg van de deur naar het podium allerhande vragen en ik zocht snel een plek op, op de voorste rij. Onderweg werd ik op de schouder getikt en kreeg ik een onverwachte omarming van herkenning van hem. Een mooie aanvang, bedacht ik me.

We kregen te horen dat John de komende 2 ochtenden zou lesgeven en dat Carmen de middagen voor haar



rekening zou nemen. De ochtenden waren voor mij een feest van herkenning: precies zoals ik in de RAI erva- ren had, gaf John veel informatie over het onbewuste, New Code interventies, lichaam-en-geest verbintenis- sen en stap voor stap het The Healer Within Proces. Oefeningen. 'Compulsive, obsessive exercising,' was de continue aanbeveling van John. 'Alleen dan kun je de vruchten plukken van een model als NLP, New Code en The Healer Within.' Obsessief, compulsief oefenen én toepassen op jezelf. Veelvuldig toepassen op jezelf. Ziedaar de voorwaarden om met The Healer Within successen te boeken.

Het NLP New Code patroon: The Healer Within

Elk patroon vergt 3 componenten:

1. Een zintuiglijke beschrijving van de opeenvolgende elementen in het patroon
2. Een zintuiglijke beschrijving van wat de intentie/het gevolg van het patroon is: wat levert het congruent toepassen van het patroon op. In dit (The Healer Within) geval de correctie van de disbalans in het lichaam, de aanpak, en een terugkeer naar een balans, ook wel gezondheid genoemd
3. een zintuiglijke beschrijving van hoe je kunt weten onder welke omstandigheden je het patroon kunt toepassen (zodanig het kennen van contra-indicaties). In geval van The Healer Within: je wilt weten of de cliënt in disbalans is en zoja, daarvan symptomen vertoont. Voor dit patroon bestaan geen contra-indicaties. De term disbalans beslaat een groot terrein.

De gebruikelijke checklist om te beginnen met het toe- passen van een NLP-patroon bestaat uit:

Obsessief, compulsief oefenen én toepassen op jezelf: 'Alleen dan kun je de vruchten plukken van een model als NLP, New Code en The Healer Within'

- de staat van de 'agent of change' (NLP- program- meur/NLP-Coach/NLP-therapeut, enzovoort). Die behoort congruent te zijn, gefocust en evenwichtig
- rapport bevestigen en testen
- de staat van de cliënt hoort geleid te worden naar een staat waarin hij je instructies gemakkelijk kan opvolgen. In geval van The Healer Within: de cliënt moet in een staat verkeren waarin hij een goed contact kan leggen met sensaties in zijn lichaam, zodat hij deze sensaties kan benutten voor commu- nicatie met het onbewuste.

De Stappen

- I. Zoals met alle communicatie met je onbewuste, begin je met een intentiekader. Elke cliënt kan ele- menten kiezen in dit frame, het aanpassen aan zijn of haar eigen intentie en stijl. Het kader klinkt als volgt: 'Onbewuste, ik benader je met een vraag om hulp. Ik bevind me nu in een staat van onbalans. Er is iets uit evenwicht. Ik wil je vragen om een proces aan te vangen dat deze staat van onbalans zal corrigeren. Dat me laat terugkeren naar gezondheid.' Als de cliënt dat wil, kan hij of zij beschrijven wat de symptomen zijn van dit ver- stoorde evenwicht. 'Het herstel van deze onbalans gaat mijn vermogen te boven om er bewust en direct invloed op uit te oefenen. Daarom vraag ik je om hulp. Om samen te kunnen werken vraag ik om een signaal, een lichaamssensatie dat ik niet bewust kan oproepen of beïnvloeden. Omdat deze toestand van onbalans een aantal symptomen met zich brengt, die ik ook niet bewust kan beïnvloe- den, stel ik voor om die te gebruiken als signaal.

Verander de sensaties die met deze onbalans samenhangen op een zodanige manier dat het een 'ja' kan betekenen op de vragen en voorstellen die ik aan je ga voorleggen. Er zijn tal van manieren waaruit je kunt kiezen. Ik zal een paar mogelijkhe- den noemen: maak de sensaties sterker (bij voor- beeld pijnsensaties), verander de lichaamssensaties in een temperatuurverschil door delen van mijn lichaam warmer of kouder te maken. Verander de plek waar de sensaties zich voordeden. Laat de sensaties ronddraaien met de klok mee of juist er tegenin. Kies maar. En doe dat nu. Verander de sensaties die met mijn onbalans te maken hebben op een manier dat ik kan merken dat het een 'ja' betekent tijdens onze samenwerking.'

- II. De cliënt wacht geduldig op een waarneembare verandering in deze sensaties. De agent of change (coach, therapeut) blijft goed kalibreren zodat hij



merkt dat de signalen er zijn, zelfs voordat de cliënt dat meldt. Laat de cliënt, zodra hij/zij aangeeft dat de sensaties op de een of andere manier veranderd zijn, de plek aanraken waar hij/zij dat voelt en 'dank je wel' zeggen voor dit signaal in een interne dialoog met het onbewuste. Vraag de cliënt dan om de sensatie terug te brengen naar de oorspronkelijke staat. Het idee hierachter is dat een continu signaal geen signaal is en - ten einde een dialoog op gang te houden tussen het bewuste het onbewuste - keert het signaal in de oude stand terug, klaar om als 'antwoord' te worden gebruikt voor de volgende vragen van de cliënt. Hier volgt nog een aandachtspunt voor de agent of change: als deze weinig of geen ervaring met dit format heeft, is het aan te bevelen om ook een 'nee-signaal' op te vragen. Dit is gemakkelijk voor elkaar te krijgen op de volgende wijze: 'Ik wil nu graag, onbewuste, dat je een zodanige verandering

in die sensaties teweegbrengt, dat ik ze als 'nee-signaal' kan verstaan.'

Ga hier op dezelfde wijze mee om als met het 'ja-signaal'. Laat de cliënt ook nu het signaal weer aanraken om het terug te brengen in de oorspronkelijke stand en het onbewuste bedanken voor zijn/haar medewerking. Al dit bovenstaande is de set-up voor het protocol.

Hoe weten we nu of de signalen 'onwillekeurig' zijn? Pijn, bij voorbeeld, is per definitie onwillekeurig. Hoeveel mensen zouden pijn lijden als ze het bewust konden veranderen? We kunnen dus vaststellen dat de signalen onwillekeurig zijn.

Bovendien kon de cliënt de signalen niet bewust beïnvloeden. Dit kon slechts door onbewuste interventie.

De belangwekkende vraag kan nu gesteld worden:

- III. 'Weet jij, mijn onbewuste, hoe je de onderliggende staat van disbalans kunt corrigeren en hoe je me van de disbalans naar een staat van balans en gezondheid kunt brengen?'
- Bijna altijd zal het antwoord 'ja' zijn. In geval van 'nee' dan zijn er additionele stappen, die hier niet genoemd worden.
- IV. 'Neem jij, onbewuste, verantwoordelijkheid voor het corrigeren van de disbalans en breng je me terug naar een staat van balans en gezondheid?'
- Opnieuw: ga ervan uit dat er een 'ja'-respons komt.
- Ter voorbereiding op de volgende stap, bedenkt de cliënt hoe lang het volledige herstel zal duren. Laten we zeggen: een uur, een dag, een week, een maand?



- V. Heb je de correctie/genezing van deze disbalans binnen uitgevoerd? Op de puntjes komt de termijn te staan die de cliënt noemt. Met het 'ja-signaal' kun je de termijn fine-tunen, zodat de cliënt een nauwkeurig tijdstip aangereikt krijgt, waarop de genezing een feit zal zijn (vergelijk ook mijn eigen voorbeeld van de longontsteking, hierboven).

Merk op dat in deze benadering de symptomen de status hebben van 'bevroren signalen'. Met andere woorden: symptomen zijn niets anders dan wat oorspronkelijk waarschuwingssignalen waren. Waarschuwingen dat er iets uit balans was. Een schreeuw om interventie, een roep om hulp. Helaas worden deze signalen in onze westerse cultuur gezien als een last, iets wat weggewerkt moet worden in plaats van een uitnodiging om de inspanningen van het bewuste en het onbewuste te coördineren. Óf de persoon zet medicatie in (en vermoordt daarmee de boodschapper) óf de persoon negeert het signaal, gewoon omdat hij/zij niet weet hoe erop te reageren. The Healer Within is een manier om effectief te reageren.

Merk ook op dat zodra je deze processen in werking stelt, je de symptomen ont-vriest (ontdooit) en ze opnieuw dynamische signalen laat zijn. Hierdoor kunnen ze de her-balans van het systeem regelen en de cliënt tot gezondheid laten terugkeren.

Een laatste opmerking: aan het eind van de toepassing van The Healer Within zal de pijn gewoonlijk verdwenen zijn. Deze heeft tenslotte zijn doel bereikt. Wanneer er nog pijnrestanten aanwezig zijn is het goed hier handig gebruik van te maken.

Laten we een voorbeeld nemen: veronderstel dat het oorspronkelijke ongemak een zware rugpijn was. Nadat de procedure met succes is toegepast, kan het zomaar zijn dat er nog wat pijn achterblijft. Suggereer de cliënt dan dat de pijn zijn werk gedaan heeft, maar nog een taak heeft. Het zal gaan verdwijnen maar terugkeren zodra de cliënt iets doet dat zijn conditie zou verslechteren of een hernieuwde disbalans zou veroorzaken (bij voorbeeld door een zwaar iets op te tillen tijdens zijn herstelperiode) om de cliënt te waarschuwen dat hij deze activiteit niet moet uitvoeren. Op die manier wordt de pijn omgezet van een ergernis naar een zuiver signaal aan de cliënt om zulks nog niet te doen.

Vanuit mijn persoonlijke ervaring kan ik iedereen aanbevelen om je deze wonderbaarlijke helingstechniek eigen te maken en toe te voegen aan je NLP-toolbox. Ik wens je er in elk geval veel plezier, herstel en gezondheid voor jezelf en anderen mee.

ANGÉLIQUE DE GRAAFF IS COÖRDINATOR VAN DE NLP-OPLEIDINGEN BIJ BGL & PARTNERS IN HOOFDDORP. DAARNAAST GEEFT ZIJ ALS FREELANCER NLP-TRAININGEN IN NEDERLAND (O.A. BIJ KABER, BREDA) EN DUITSLAND EN ITALIË EN IS EIGENAAR VAN CHERUB COACHING EN CLASS WHISPERER, EEN EIGEN NLP-TOEPASSING VOOR HET ONDERWIJS. HIERMEE BOEKT ZIJ BAANBREKENDE RESULTATEN, WAAR TELEVISIEPRODUCERS INMIDDELS INTERESSE IN TONEN. ANGÉLIQUE IS EEN VAN DE WEINIGE DOORGEWINTERDE NLP-TRAINERS IN NEDERLAND DIE ZOWEL DOOR JOHN GRINDER ALS DOOR RICHARD BANDLER (EN ROBERT DILTS) IN NLP IS INGEWIJD.

Voor info en contact:

www.cherub.nl

www.theclasswhisperer.com



Angélique de Graaff