

Isaak en zijn wijsheid over psychologie

Tresi Barros

Copyright © 2011:

Tresi Barros

ISBN:

978-90-78402-07-7

Druk- en bindwerk:

Drukkerij Speed Print

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze hetzij door druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of welke wijze dan ook zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

www.tresibarro.nl

Inhoudsopgave

Voorwoord Isaak	5
Voorwoord Tresi	7
Bijeenkomst 31 mei 2010	9
Bijeenkomst 14 juni 2010	51
Bijeenkomst 21 juni 2010	101
Bijeenkomst 14 september 2010	157
Bijeenkomst 28 september 2010	205
Wie ben ik?	243

NB. Alle cursief gedrukte gedeeltes in dit boek zijn gesproken door de studenten die deelgenomen hebben aan deze cursus.

Voorwoord Isaak

Lieve mensen,

De wijsheid en het weten. Psychologie en het gevoel. De psychische stand van je zijn of je gevoelsmatige stand van je zijn. De waarheid erkennen of de waarheid ontkennen. Het lef of de durf om jezelf te laten zien aan degenen die broeders zijn of puur je medemens heeft allemaal de bepaling van je eigen psychische toestand. Durf jij psychisch naar jezelf te kijken? Durf jij je ervaring in je psychische toestand zodanig door te maken dat er puur genezing komt in rust, genegenheid en welvarendheid? Of durf jij niet los te laten? Vele kinderen die wij spreken komen tot ons met hun menselijke beperkingen, fysieke beperkingen, geestelijke beperkingen, met hun zorg, met hun wanhoop en met hun hoop. Het gene wat wij doen is simpel dit: voelen. Wij voelen elke ziel en wij vertellen hoe de ziel zich in jou zelf heeft gemanifesteerd en geprojecteerd in je hersenen. Jij denkt heel vaak dat je bent zoals jij jezelf nu neerzet maar wij weten dat dit geen waarheid is. Omdat elk van jullie die bezig is lieve mensen, met onderzoek en ervaringen, via het onderzoek door de daad, zal dichter bij zichzelf komen. Op het moment dat jij hulpverleners tot je neemt en jij opent jezelf voor hun kennis, stel jezelf deze vraag: is die persoon, waar ik mezelf voor openstel, zodanig gevoelig dat hij mij ziet als uniek? Dat hij voelt mijn unicum en mijn ziel en mijn beperkingen, zonder dat ik dat hoeft te verwoorden? Omdat vaak heb ik niet eens de kennis om te weten waarom ik me ongelukkig voel en waarom ik de hulp van een psychiater, psycholoog of hulpverlener nodig heb. En dan hoop ik dat die kennis daar aanwezig is en dat de hulpverlener mij weer terug kan brengen naar mijn ziel. En de ziel is puur mijn energie die ik nodig heb om weer de dag en de nacht met een glimlach tegemoet te gaan.

Namasté.

Liefs Isaak

Voorwoord Tresi

Lieve lezers,

Elke keer weer verrast mijn gids Isaak mij en de medemens, puur door zijn wijsheid en liefde en ook het geduld dat Isaak uitstraalt in zijn wezen.

Dit boek is weer, zoals elk boek, een grote uitdaging voor mij geweest tijdens mijn overgave om mijn meester Isaak toe te laten en Isaak mijn mediumschap te laten gebruiken.

Mijn dankbaarheid is groot naar mijn meester Isaak, puur omdat jij, Isaak, mij de kans geeft om ondanks de moeilijke lessen die jij toelaat in mijn leven, mij steeds begeleidt in mijn evolutie zowel privé als ook in mijn werk als medium zijnde. Vaak vraag ik mijzelf af waarom? En ook hoe moet ik deze les weer goed ervaren? Maar ik weet zeker dat deze vraag in de loop van die ervaring weer een groot geschenk is in mijn begrijpen van de medemens. Ik ben bewuster geworden. Dank aan jou lieve Isaak. Ik ben simpel gebleven maar o zo ingewikkeld voor mijzelf. Ik ben simpel in het toelaten naar de ingewikkelde mens toe. Ik geef steeds meer toe aan de ervaringen en mijn schaamte verdwijnt volledig. Daar dank ik je voor lieve Isaak. Bedankt voor alles lieve Isaak.

Ook wil ik Chantal bedanken voor haar toewijding aan Isaak, mijn meester. Door haar vele uren van uittypen van de woorden van Isaak is dit boek mogelijk gemaakt. Vele uren van geduld en ook van doorzettingsvermogen zijn er aan te pas gekomen en daar dank ik ook Isaak voor. Ik dank Isaak voor de juiste keuze van degene die ons helpt. Lieve Chantal, bedankt.

Ook dank ik mijn twee musketiers, puur omdat zonder die twee musketiers is er geen compleetheid meer. Zo verschillend van elkaar maar ook zo met elkaar in vriendschap, maar zeker ook in laten zijn, zoals ieder is in haar evolutie. Bedankt musketiers.

Ook dank ik elke fysieke engel, die ik zo beschouw, omdat zij mij steeds weer de gelegenheid en plek geven om Isaak's werk en mijn werk als medium neer te zetten, puur door het gevoel van: Tresi wordt deze middag en avond uitgenodigd. Bedankt lieve mensen, zielen, voor deze toewijding.

Mijn laatste dank gaat uit naar Wybe en naar mijn kinderen omdat jullie geven mij de mogelijkheid en kracht om door te zetten. Bedankt en ik hou van jullie, ik hou van God, ik hou van Isaak en ik hou van mijn musketiers en zeker hou ik van mijzelf.

Ook hier spreek ik mijn dank uit: Tresi wees trots op je rol van uitverkorene en meester en weet het komt puur uit geloof. Behoud het geloof, vertegenwoordig het geloof en wees je geloof. Ik hou van je.

Liefs Tresi

Bijeenkomst 31 mei 2010

Tresi: Ik zal mezelf even voorstellen. Ik ben Tresi Barros. Ik ben een momentkind. Ik leef echt van moment tot moment. Ik leef nooit in de toekomst, ik leef nooit in gisteren. Wat ik mee heb gemaakt is puur een ervaring. Ik heb geleerd van mijn gids Isaak om momentopnames te nemen als waarheid, onthoud dat goed. Omdat heel vaak gaat het langs je voorbij en dan leef je niet in het moment, dan heb je die waarheid ook niet meegemaakt. Wat je gisteren bent geweest was toen je waarheid maar hoeft nu niet meer je waarheid te zijn. Heel simpel gezien een voorbeeld. Stel dat jij toen met iemand een heel leuk gesprek hebt gehad en morgen zie je hem weer, kan het zijn dat het niet meer hetzelfde is maar dan is dat op dat moment wel je waarheid geweest. Ik heb van Isaak ontzettend veel geleerd om mezelf te kunnen zijn in het moment omdat vroeger was ik dat niet. De persoon die je nu voor je ziet heeft een gevecht van 39 jaar achter de rug en elke dag weer kom ik mezelf tegen als mens zijnde. Ik ben een medium. Dat betekent dat ik fungeer als een instrument. Ik ben helderziend, -horend, -wetend, -voelend, -ruikend, -proevend, ik praat met overledenen en ik kan ook in trance gaan. Als ik in trance ga, ben ik niet meer degene die het zegt als doorgeefluik maar word ik overgenomen. Ik hoor het allemaal net zo goed als jullie en luister met verbazing naar zijn woorden en denk dan bij mezelf: goh, wat zou hij nu weer gaan zeggen. Het gaat niet door mijn gedachtes heen, hij spreekt alleen maar via mijn voertuig. Mijn woordenschat en de associaties die ik opgedaan heb, kan hij gebruiken. Dat is het gene wat er zo gaat gebeuren. Dit is de eerste cursus psychologie dus ik stap er net zo blanco in als jullie.

Tresi gaat nu in trance.

Isaak: Goedenavond.

Goedenavond.

Isaak: Het woord psychologie, wat betekent dat voor jullie?

Kennis van de geest.

Vertrouwen in de mens.

Gedrag van de mens.

Isaak: Wat zei deze schone vrouw?

Gedrag van de mens.

Kennis van de psyche.

Isaak: Psychologie. Wat betekent eigenlijk het woord psychologie? Laten we eigenlijk simpel beginnen. Wat betekent de mens? Wat betekent de mens?

Ieder mens heeft een karakter en daar gaat psychologie denk ik over.

Isaak: De mens hoort zijn hele bestaan vanaf het begin van zijn bestaan tot het einde van zijn bestaan psychologisch te onderzoeken, waar of niet?

Waar.

Isaak: Hoe sta jij in de materie? Hoe ben jij in de materie? Het woord materie betekent het fysieke. Hoe kijk jij naar jezelf? En hoe voel jij jezelf tijdens het bestaan dat jullie leven noemen? Op het moment dat je het woord psychologie werkelijk onderzoekt, hoor je eigenlijk maar één ding te doen en dat is?

Te leven?

Isaak: Jezelf te onderzoeken. Het woord psychologie is een groot woord omdat elk van jullie heeft een andere psychologische instelling, voelt het anders, ervaart het anders, is anders. Daarom lieve kinderen, mag je nooit en

te nimmer in kaders gaan denken daarin. Dat betekent: stel dat jij een psycholoog bent, hoor je jezelf te verplaatsen in de wereld van de ander en wie van jullie is daar geschikt in?

We doen ons best.

Isaak: Het verplaatsen. Betekent: lieve schone kinderen, dat jullie eerst die mens toe moeten laten in jullie eigen bewustzijnswereld. Hoe bewust ben jij van je eigen wereld? Stel dat jij een cliënt tot je krijgt die een bepaalde problematiek in zijn bestaan heeft gecreëerd, omdat alles is creatie, en hij kijkt via die blik of die emotie of dat karakter naar dat stukje probleem, wie ben jij op dat moment om het als goed of slecht te bestempelen? Dat betekent dat je jezelf moet gaan verplaatsen. Dat betekent dat je via de bewustwording of onderbewustwording van die persoon jezelf moet gaan ervaren zoals die persoon is. Daar begint het eigenlijk al. Ingewikkeld hè? Als je niet dat karakter bij jezelf kunt creëren, dat is kracht, ga jij sturen vanaf het gene wat je hebt gestudeerd, vanaf het gene wat ooit iemand heeft bedacht of vanaf je eigen interpretatie. Maar kinderen, zeggen wij nu dat het gene wat er geschreven is in het woord psychologie goed is?

Ik heb mijn twijfels.

Isaak: Het is gekomen uit iemands bewustwording toch?

Ja, dan blijft er weinig over als ik het zo hoor.

Isaak: Dat betekent: iemand van jullie, jullie broeders, heeft ooit bedacht wat het woord psychologie betekent. Iemand van jullie heeft ooit bedacht hoe het is om een goed huwelijk in stand te houden. Maar stel dat degene die het geschreven heeft op dat moment het verkeerd heeft bedacht, dan krijg je vele probleemgevallen tot je die je niet op kunt lossen of niet op te lossen zijn. Nou, we gaan weer terug in de eerste les. We willen jullie hier gaan leren tijdens deze cursus om je te verplaatsen. Voel aan het probleem van je patiënt. Word het probleem van je patiënt. Laat je gaan. Wees niet meer bang om volledig te smelten. En ja, elk van jullie kan dat. Maar elk van jullie moet

het lef en de durf hebben om het te willen. Dus simpel gezegd: willen jullie leren je te verplaatsen?

Ja.

Isaak: Kennen jullie mensen in jullie bestaan op dit moment die psychologische hulp nodig hebben?

Ja.

Isaak: Nou, die mensen gaan we gebruiken als ons proefmateriaal. Maar natuurlijk is het belangrijk dat we eerst tot meditatie toekomen, simpelweg toelaten. Laten we daar maar mee beginnen.

Verbind jezelf op dit moment puur met deze ruimte. Zeg tegen jezelf in gedachten: deze ruimte is veiligheid. Adem in en adem deze ruimte in. Adem uit en ontspan. Niets hoeft je te vrezen in deze ruimte, ook niet van deze geesten in deze ruimte.

Isaak ademt in en ademt uit.

Isaak: En ontspan. Ik ontspan en ik durf volledig te zijn en ik durf te vertrouwen op mijn intuïtie. Spreek deze gedachte tot je: ik durf te vertrouwen op mijn intuïtie. Adem in en adem uit. Je neemt in gedachten een persoon tot je die je kent. Maakt niet uit of het een cliënt is of een geliefde is. Je neemt de energie van die persoon tot je en je zegt: “Ik absorbeer zijn energie”. Onthoud lieve kinderen, alles is energie, het is puur toelaten. Laat toe de energie van die persoon. Je ademt uit en je bent weer volledig in deze ruimte met open ogen. Vergeet niet even te glimlachen. Het is altijd goed, durf, om even jezelf terug te roepen tot jezelf om puur je gevoel te worden. Nou, leg een persoon in deze ruimte die je net tot je hebt genomen. Wie begint? Een case.

Ik heb wel iemand in gedachten.

Isaak: Leg uit, wat voor probleem?

Het gaat om een jonge Marokkaanse vrouw. Ze worstelt al jarenlang met wat er moet gebeuren in haar leven. Het werk mislukt, relaties lukken niet en ze mag ook niet veel van haar ouders en ze is eigenlijk depressief.

Isaak: We leren allemaal om gewoon te luisteren naar het verhaal van jullie medestudent. Jullie hebben allemaal geleerd om te absorberen. De woorden die deze schone vrouw spreekt zijn energie. Jullie horen de energieën. Intuïtief kunnen jullie de afstand overbruggen die geen afstand is. Dat betekent: wat voelen jullie bij het horen van dit verhaal?

Dat ze therapie nodig heeft.

Boosheid ook wel wat haar is overkomen.

Verdriet.

Isaak: Dus jouw patiënt, kun jij een aantal van deze woorden ja of nee benoemen?

Allemaal eigenlijk wel.

Isaak: Goed zo. Dat betekent: wat kun jij betekenen voor dat kind?

Ik denk dat ze mij een beetje beschouwt als een moederfiguur omdat haar eigen moeder vertelt ze niets. Haar moeder zit de helft van het jaar in Marokko. Ze praat veel met mij maar ik heb alleen het gevoel dat ik haar niet genoeg kan helpen.

Isaak: Kind, stel jezelf de vraag af. En dit hoort bij elk van jullie, dat jullie deze vragen als hoofdvragen op moeten schrijven. Vraag de vraag in eerste instantie: wil jij genezen of wil jij niet genezen? Dat is vraag nummer één.

De studenten schrijven deze vraag op.

Isaak: Ja? Wil jij genezen of wil jij niet genezen? Waarom moet jij deze vraag als eerste vragen? Een vraag?

Anders heeft therapie geen zin.

Isaak: Heel goed, heel goed. Omdat kind, als je wilt genezen en je mankeert psychisch - daarom kom je bij een psycholoog - aantal zaken die jou dus tot depressie of tot deze problematiek hebben gebracht, ben je psychisch in staat om te genezen. Fysiek kun je iemand niet genezen omdat die capaciteit bezitten jullie niet omdat jullie zitten in de psychische zin te werken. Lichamelijk als iemand wat mankeert, stuur hem naar de huisarts of de dokter. Maar komt iemand naar jou toe omdat hij of zij een probleem heeft, vraag in eerste instantie deze vraag. Sla deze nooit over. Het antwoord dat je krijgt, is het belangrijkste antwoord. Schrijf het dan op, op dat moment. Het is een *ja* anders moeten ze weer heengaan. Die *ja* die ga je gebruiken als leidraad. Elke keer zeg je: “Je hebt besloten om te genezen, toch?” Dat betekent het huiswerk dat jij van mij krijgt, dat voltooi je elke keer weer. Jullie moeten niet alleen maar overgaan naar praten, praten, praten, luisteren, luisteren, luisteren. Jullie moeten overgaan tot huiswerk. Jullie moeten ook overgaan, lieve schone kinderen, tot meesters die dwingend zijn. Niet de liefdadige meesters die alleen maar, och kind toch, och kind toch, och kind toch. Hoeveel psychologen en zeker in de alternatieve sector zijn alleen maar liefde? Kom kind, schuil onder mijn vleugels en ik geef je liefde en het uur is zo voorbij en dan heb je een uur liefde gehad. Is niet voldoende. Willen jullie meesters zijn tijdens jullie vakkundigheid, hoor je ook te spreken als een meester en hoe spreekt de meester nooit?

Veroordelend?

Isaak: Een meester spreekt nooit, en ook dat mag je opschrijven, als degene die jouw huiswerk gaat maken. Ik ben een meester en ik veroordeel je juist dat je je huiswerk niet maakt want anders heb je ze nog jaren in je praktijk. Wij werken psychologisch met de mens. De kennis hebben wij. Omdat elk mens die ons bezoekt, komt psychologisch naar ons toe. Omdat ja, hij heeft

een probleem in de luxe vorm van: moet ik wel of niet veranderen van baan? Dat is voor hem een psychologisch probleem, waar of niet?

Ja.

Isaak: Dus daarom hebben wij de kennis. Wat wij nooit doen is de persoon beïnvloeden zodanig dat hij niet de vrije wil heeft. Wat je wel moet vragen is: wil je wel, wil je niet? Dan heb je toestemming. Als iemand vaker jullie bezoekt en er is geen verandering, dan hoor je een persoon shockeffect te geven en dan kun je beter de eer aan jezelf houden en zeggen: “Ik ben niet de juiste meester voor jou”. Doe je hulp voor het geld dan zeggen wij: “Ga nog jaren voort”. Maar doe je hulp werkelijk voor de taak van helpen en je verdient daar je geld mee dan ben je een zuivere meester, toch? Op het moment dat je een zuivere meester bent, ben je de beste reclame die er is voor jezelf en dat betekent klandizie. De ene gaat heen, die praat over jouw talenten en je krijgt iemand anders weer in. En wat gebeurt er nooit, schone vrouwen? Je vermoeit jezelf niet. Jullie kunnen me allemaal niet vertellen dat het niet frustrerend en vermoeiend is als je jaren in tijd dezelfde patiënt op de stoel hebt en die is niet genezen. Dus laten we het anders doen. Laten wij jullie vertellen hoe jullie de beste psychologen kunnen zijn in deze hele korte cursus.

Mag ik daar een reactie op geven?

Isaak: Graag.

Ik heb een patiënt met wie het niet zo lekker gaat. Ik heb een paar keer het shockeffect geprobeerd maar ondanks dat merk ik dat het niet lekker loopt. Ik zat daar een beetje mee in mijn maag en de volgende dag trok de moeder zelf aan de bel en vertelde me dat ze er eigenlijk niet mee door wilde gaan. Ik dacht toen van nou, dat is toch een mooi moment om te zeggen het is niet goed om er mee verder te gaan. Ik vind het wel heel mooi dat u zo goed verwoordt wat ik vorige week heb meegemaakt.

Isaak: Zolang mijn naam Isaak is, moet ook ik mijn huiswerk doen. Dat betekent: we moeten niet onvoorbereid naar zo’n avond toe komen. Omdat

elk van jullie heeft een persoonlijk bestaan en wij willen jullie helpen in jullie bestaan, hoe jullie beter in jullie vak kunnen gaan zijn en het maakt niets uit lieve kinderen of je het nou privé gebruikt of werkelijk in betaald werk gebruikt, het gaat om dat je tevreden bent en dat de degene die jou bezoekt tevreden raakt door jouw talent van aanvoelen, aansturen en natuurlijk programmeren. Je programmeert de fysieke mens door het spreken en door hen te motiveren en als ie gedemotiveerd is, wat hoor je te doen? Hem terugroepen en werkelijk tegen hem zeggen: “Als jij wilt genezen zoals je *ja* hebt gezegd, hoor jij je huiswerk te doen”. Natuurlijk mag je een glimlach opdoen tijdens het spreken dat het misschien minder hard aankomt maar soms moet je juist die glimlach laten. Nou, onze Lous heeft net een geval verteld. Simpelweg kunnen wij in een fractie van een tel tegen jou vertellen dat deze vrouw niet geneest.

Ondanks alles wat ik probeer?

Isaak: Of je moet je tactiek anders aanpakken. Maar de tactiek die jij tot nu toe hebt gebruikt, is niet voldoende. Blijkbaar heeft zij een stoornis, een stoornis van aandacht. Ze wil aandacht en ze krijgt de aandacht van jou schone vrouw. Jij bent een luisterend oor, een veilige thuishaven. Huiswerk doet ze niet. Er is niets gebeurd in de tussentijd van verandering tijdens de bezoeken naar jou toe.

Dat klopt.

Isaak: De eerste vraagstelling die moet je gaan gebruiken en de tweede vraagstelling die jullie ook op gaan schrijven is: ben jij bereidwillig om mijn informatie te gebruiken positief en actief via het doen? Kom pas terug op een volgend bezoek als je mijn informatie hebt toegepast, anders ben jij er niet aan toe voor de volgende sessie. Streng hè? Ja, daar gaan jullie klanten. Geen klanten meer over, geen werk meer.

Ik heb eraan gedacht haar te verwijzen naar een groepsbehandeling.

Isaak: Ze heeft geen tijdsbesteding. Dat betekent ze gaat haar tijd daar niet aan besteden. Ze wil jou, kind.

Ze is er nu wel mee bezig om zich aan te melden.

Isaak: Tsja, dat is ook weer tijdsverspilling. De tijd zou ze daar niet aan moeten besteden. Dat is ons antwoord.

Kan zij wel gebruik maken van een therapie? Wat denkt u?

Isaak: Welke therapie?

Een therapie.

Isaak: Jij moet de therapeut zijn. Jij bent uitbehandeld toch?

Ja.

Isaak: Maar jij hebt het niet goed gedaan.

Nee, het gaat niet goed met haar.

Isaak: Nee, dus wat wil ze? Heb je die vraag gesteld?

Ze wil eigenlijk werk en een relatie.

Isaak: Werk dan aan een relatie, zoek werk.

Dat mislukt steeds.

Isaak: Nou, accepteer dat het mislukt. Zij moet doorzetten. Er is werk genoeg. Zoekt ze wel werk in de juiste branche?

Ja, dat vraag ik me ook wel eens af ja.

Isaak: Wat voor werk zoekt ze?

Ze heeft van alles al gedaan. Ze heeft gewerkt als secretaresse, telefoniste en ze is nu al een hele tijd ziek en wil nu weer het onderwijs in.

Isaak: Als ze werkelijk werk wil, neemt ze toch werk aan? Zoekt ze in de goede branche? Nee, blijkbaar niet omdat ze wordt afgewezen. Is zij depressief? Ja. Betekent zij moet uit de depressie komen en hoe? Doordat ze aan zichzelf gaat werken en niet dat zij haar tijd gaat besteden aan groepsverband. Dan hoopt ze in dat groepsverband meerdere mensen te ontmoeten. Er verandert niets. Het gaat er toch om dat ze psychologisch geneest? Dat betekent dat ze begeleidt moet gaan worden in het vinden van werk.

Dat is juist het probleem. Dan wordt ze tijdelijk begeleid en dan stopt de subsidie weer en nu heeft ze nog niets.

Isaak: Maar zij moet zichzelf begeleiden omdat zij kan zichzelf zodanig begeleiden maar ze moet niet zo passief zijn. Zij wacht nog veel te veel, schone vrouw, dat het gebeurt. Het liefst wordt ze wakker met een uitnodiging. Ja, zij hoort in haar kracht komen te staan en zelf te besluiten om die baan te vinden die op dat moment haar uit het isolement haalt.

Zou ze dat zelf kunnen denken?

Isaak: Maar niet in de sector waar ze in zoekt. Daar wordt ze voorlopig niet op aangenomen omdat ze psychisch labiel en zwak is en niet overkomt. Dan moet zij een treetje lager gaan. Zoek een ander soort werkvervulling. Werk heeft niet alleen maar te maken met de keuze van werk. Het heeft ook mee te maken dat jij werkt toch? Dat is de volgende vraag die je aan haar moet stellen, kind. Wil jij werken? Waarom wil jij werken? Wil je werken voor je verdiensten? Natuurlijk. Wil jij werken om uit je isolement te komen? Natuurlijk. Wil jij werken om weer wat te betekenen? Natuurlijk. Nou, natuurlijk, natuurlijk, natuurlijk. Betekent pak de eerste de beste baan die je aangereikt wordt.

Dus ik moet eigenlijk wat strenger zijn.

Isaak: Ja.

En er ook op een gegeven moment mee stoppen?

Isaak: Kijk kind, zij heeft je nodig maar je moet het anders doen. Het moment dat jij deze vraagstellingen gaat vragen zoals wij het net hebben verteld dan kun je weer opnieuw beginnen. Dus verscheur het programma dat je achter de rug hebt en zeg: “Laten we het anders doen”. Ik wil je nog een aantal sessies begeleiden, noem maar een aantal.

Ja, een vast aantal misschien.

Isaak: Ja, een aantal sessies, noem er vijf of tien maximaal, wil ik jou begeleiden voor het woord resultaat. Dat horen jullie allemaal te doen. De stok achter de deur. Als jullie komen te vervallen, moeten ze weer op zoek gaan en hun wereld vinden buiten jullie om. Dus ik geef je zoveel sessies en in zoveel sessies wil ik zien dat er resultaat komt. Dat betekent: we kunnen in een sessie alleen maar overgaan tot gesprek maar misschien heb ik de bevoegdheid op dit moment in mijzelf om zelf met jou een sollicitatiegesprek aan te gaan. Dus laat ik maar voor jou gaan solliciteren. Ja, dus de brede zin van psychologie is: help iemand waar ie zwak in is. Nou, jij zoekt een baan in een bepaalde sector, die gaan we even aan de kant zetten, we gaan eerst weer deelnemen aan de maatschappij. Solliciteer met hen als je een geval hebt zoals deze persoon nu hier besproken. Nu komen we in een algemeen groot probleem van jullie fysieke mensen, het hart hè? Liefde, liefde, liefde. Zij wil een relatie zei je.

Ja.

Isaak: Waarom lukt het haar niet?

Ten eerste moet het allemaal stiekem. Ze woont nog bij haar ouders en die mogen nergens van afweten. Ze spreekt dus stiekem af met een jongen en tot nu toe is dat steeds misgegaan.

Isaak: In eerste instantie moet je haar gaan begeleiden dat het woord stiekem weg gaat vallen.

Ja, maar anders moet ze hem direct voorstellen aan de ouders. Ik weet niet hoe dat precies zit in die culturen.

Isaak: Nooit meeleven zodanig dat je meegaat in de kaders van de ander. Je stelt vragen kinderen. Stel vragen. Wat wil je? Wil je genezen? Ja. Wil je een relatie? Ja. Wat is het probleem? De familie. Hoe komt het probleem? Ja.... Ze negeren. Ze hebben kaders de familie en daar leef ik in. Door de kaders van de familie kan ik niet aan een relatie komen. Nou, dan vraag je weer de vraag, lieve Lous: “Wil je het doorbreken of niet?”

Ja. Ze gaat alleen met vriendinnen naar koranles dus daar ziet ze alleen vrouwen.

Isaak: Wat doet ze daar?

Daar heeft ze les in de koran.

Isaak: Wat doet ze daar?

Ja, wat doet ze daar?

Isaak: Heb je dat aan haar gevraagd?

Daar heb ik niet op doorgevraagd.

Isaak: Je moet vragen: “Wat doe je daar?” Dat betekent: ben je daar graag of doe je het uit verplichting omdat je moet?

Ze mag bijvoorbeeld ook niet op vakantie. Dat soort dingen mag ze niet.

Isaak: Weer zo simpel, waarom niet?

Ja, als vrouw alleen kan dat niet. Ze heeft ook een zwarte sluier om en ze houdt zich aan de regels.

Isaak: Dat betekent dat jij haar het spiegeleffect moet gaan geven. Dat ze werkelijk in de spiegel kan kijken van: wat wil ik? Waar ik vandaan kom, de cultuur, is niet wat ik ben. Wil ik die cultuur volbrengen dat ik daar mezelf gelukkig in voel met alle beperkingen van dien? Dit is een case kinderen. Dit is puur een case. Dus ook voor jullie is dit een leermoment. Wil ik daar mijn geluk in vinden of wil ik vrijheid vinden in mijn leven? Dat is een vraag die je stelt als psycholoog omdat als je die vraag nooit stelt, dan blijf je in de wereld leven die we hebben gecreëerd met alle beperkingen van dien. Jij bent dus de weter. Jij weet anders dan die persoon, waar of niet? Anders komt iemand niet naar je. Jij weet dat het ook anders kan. Jij weet dat ze niet in dat kader hoeft te leven. Maar die persoon moet eerst willen. Wil jij simpel, schone vrouw? Wil jij leven volgens de regels van je ouders? Als het antwoord *ja* is dan zeg je: “Dan houdt het op, dan houdt het op”. Dat betekent dat je nooit of te nimmer je wensen gaat vervullen. Dat betekent dat je geen vrijheid vindt, dat je depressief in het leven blijft en dat het ontzettend ingewikkeld en moeilijk gaat worden om een relatie te krijgen. Omdat er zal niet zo gauw een heer zijn die zich aan jouw voorwaardes gaat schikken omdat jij je schikt aan de voorwaardes van je ouders.

Maar in dit specifieke geval met de Marokkaanse problematiek breng je iemand ook wel weer in gewetensnood omdat het kan ook gevaarlijk worden.

Isaak: Nee kind, jij vraagt aan het kind wat ze wil. Dat is de basis. Je vraagt alleen wat ze wil. Je gaat iemand niet in problemen brengen. Je vraagt alleen wat ze wil en jij helpt iemand de weg te vinden in het gene wat ze wil en nog niet weet hoe ze daar komt. Daarom komt ze bij jullie. Zo meteen gaan we het geval van regressie benoemen, gaan we daar even over doorvragen omdat dat is ook een heel mooi geval. Snap je ons schone lieve vrouw?

Ja.

Isaak: Dus wil jij – en dat is maar één verhaal omdat psychologie heeft duizenden gevallen hè – iemand helpen is de eerste basis, dat is deze basis.

Wil iemand genezen of niet.

Isaak: Precies, precies. Mee eens kinderen?

Ja.

Isaak: Zegt die persoon: “Nee”, mag ie gaan. Dan staat ie binnen tien minuten weer volledig buiten. Dat bespaart je vele sessies lieve schone vrouw. Zegt die persoon: “Ik wil leven volgens mijn vaders en moeders normen en waarden en niet volgens mijn normen en waarden”, kun jij ook niets doen. Op het moment dat jij alle verhalen kan brengen die positief zouden zijn om haar eruit te halen uit letterlijk die sluier, komt het toch niet aan omdat ze niet wil. Zegt de persoon: “Ik wil, maar ik weet niet hoe, ik wil geholpen worden”. Dan krijg je het huiswerkaspect hè, dan moet ze wel. Dus jullie tekenen eigenlijk in de geest een overeenkomst van: ik als meester ga jou helpen en jij gaat mij vertellen in eerste instantie wat je wilt en waarom lukt het niet. Nou, de banen hebben we net uitgelegd, ze moet anders zoeken. De relatie zoals zij erin staat omdat ze nog onder het juk van de ouders leeft, wordt het moeilijk, haast onmogelijk. Wil je uit het juk vandaan, betekent dat je anders in de relatie met je ouders moet gaan staan en je eigen leven moet gaan leiden. Dus ga je de dagen in de koran doorbrengen, vraag aan die persoon: waarom doe je dat? Doe je dat omdat je het nodig hebt om dicht bij God te zijn volgens die lessen of doe je het omdat het je opgedragen wordt? Als het antwoord is: het wordt me opgedragen en daarom doe ik het, zeg je: “Dan moet je het doorbreken”. Is het antwoord: ik heb God nodig, dan zeg je: “God kun je naast je leven hebben en nu heb je geen leven. Omdat hoe voel je je? Je voelt je ongelukkig, je bent niet in het leven, je bent buiten je leven omdat je bent toeschouwer van. Laten we je in het leven zetten maar dan moet je mij gaan vertrouwen dat ik de wetenschap heb om jou erin te zetten”. En nou komt ie schone kinderen: hoeveel vertrouwen hebben jullie in je eigen weten?

Weinig.

Isaak: Doe ik het goed? Doe ik het goed?

Hoe weet je dat?

Isaak: Vertrouwen. Vertrouwen. Je gaat op dat moment instinctief, intuïtief vertrouwen. Je gaat niet over nadenken over de gevolgen. Denk niet verder dan het moment van: dit is wat ik voel, dit is wat ik tegen je moet zeggen. Als jij spreekt met deze schone vrouw aan de overzijde van je, Marian, ga je toch niet denken aan de consequenties van wat je spreekt?

Nee.

Isaak: Je spreekt en dan ga je heen en dan heb je toch gesproken?

Ja.

Isaak: En als je erover na gaat denken, dan heb jij op dat moment veel stof om over na te denken. Denk je: had ik zo moeten zeggen, had ik zo moeten zeggen, misschien had ik dat verkeerd gezegd en misschien denkt die persoon nu zo over mij. Omdat als je ergens over nadenkt is het meestal negatief want anders denk je er niet over na. Ja, dat is de mens. Als je over nadenkt over iets heerlijks krijg je een glimlach maar als je werkelijk over nadenkt dan ga je piekeren. Dan pieker je iets uit. Dat is ook weer psychisch. Psychisch ben je zelf dan labiel omdat je op dat moment niet vertrouwt dat wat jij hebt gezegd sterk is. Daarom gebruik je het woord labiel.

In elke situatie is dat altijd hetzelfde?

Isaak: Ja, het is een momentopname. Jouw kennis komt op dat moment naar je toe. Hoe moet je het anders doen, kinderen? Je kan toch niet bij elk geval meteen in grote boeken uitzoeken: probleem met sluier. Wat moet ik zeggen? Probleem met liefde. Dat is toch niet te trekken?

Als je niet in een professionele relatie zit met iemand, met een vriendin bijvoorbeeld die je wilt helpen, zijn daar adviezen voor?

Isaak: Ja, heb je een geval?

Ja, zal ik het vertellen?

Isaak: Vertel het verhaal.

Een vriendin woont al heel lang samen met een man waar ze erg ongelukkig mee is en waar ze ook een zoon mee heeft. Eigenlijk heeft ze ook veel conflicten met haar zoon en haar zoon wil het huis niet uit terwijl zij wil dat hij wel het huis uitgaat. Ze is min of meer verstoten door haar moeder die zegt dat ze niets kan en ook eigenlijk niets om haar geeft alleen om haar zus. Ze heeft het gevoel dat ze alleen op de wereld staat en dat altijd alles misgaat. Ik zie ook hoe ze zich opstelt tegenover haar man en zoon en ik zie dan ook haar harde kant, heel negatief. Ze klaagt erover en dat vind ik soms wel zwaar maar ik heb ook wel medelijden met haar.

Isaak: Nooit medelijden.

Nee oké, kan ik haar helpen?

Isaak: Niet als je medelijden hebt.

Is het dan goed haar alleen aan te boren maar verder niet te helpen? Hoe ga je daar in vriendschapsrelaties mee om?

Isaak: Dat is ook weer psychologie. In eerste instantie opschrijven: nooit medelijden. Als je mee lijdt, dan ben je niet meer zuiver. Ben je niet meer zuiver. Dan ben jij op dat moment dat lijden. Jullie weten allemaal als je lijdt dan denk je niet meer zuiver hè, dan ben je heel erg geëmotioneerd en dan werk je vanaf je emoties maar je moet werken vanaf je weten als een goeie vriend die als psycholoog een vriend helpt. In eerste instantie moet je nuchterheid creëren. Je kijkt nuchter naar het verhaal. Als je nuchter naar het verhaal kijkt dan heb je jezelf op dat moment alleen maar neergezet als een

nuchtere vriendin. Je ziet de fouten en je confronteert iemand met de fouten. Ja, dan kan een vriendschap kapot gaan. Maar ja, dat is ook weer een besluit. Je besluit om eeuwenlang toeschouwer te zijn van het verhaal en jezelf ontzettend te vermoeien en te irriteren. Of je besluit om dus heel simpelweg een meester te zijn. Nou, ik ben een vriendin dus ik ben nu in de rol van meester. Dus vriendschap trekken we even uit elkaar. Ik ga even kijken hoe ik jou psychologisch hierin kan helpen. In eerste instantie zie ik dat jij jezelf dus nu opnieuw moet programmeren. Je leeft nog in het verleden, dat heb je net zelf verteld. Nou, laten we dat eventjes analyseren. Waarom leef je in het verleden? Waarom leef je nog in het verleden? Wat denk je dat het antwoord zal zijn?

Van mijn vriendin?

Isaak: Ja.

Het is een soort veiligheid.

Isaak: Heel goed. Zijn allemaal gevorderde psychologen. Dat is zo kinderen. Op het moment dat je in het verleden leeft, wat hoeft je niet te doen? In het heden te leven. En als je niet in het heden leeft, wat hoeft je weer niet te doen? Je toekomst te maken. Dus jij hebt een leven eigenlijk al. Je leeft in het verleden. Dus als je leeft in het verleden - als ik in gisteren leef - heb ik al een leven toch? Dus vandaag bestaat niet, gaat langs je voorbij. In eerste instantie moet je dat vragen aan dat kind. Wil jij in het verleden blijven leven of wil jij in het heden gaan leven? We kunnen jullie nu al vertellen ze gaan allemaal trappen en allemaal met maar's aankomen. Pff, waar stopt de psychologie, hè Marian? Vind je het interessant? We zijn blij dat je je apparaat mee hebt genomen.

Oh fijn. Kan ik er nog eens naar luisteren.

Isaak: Kan ook gebruikt worden in boekvorm.

Toch?

Isaak: Ja.

Oh, ik heb het een paar keer gevraagd.

Isaak: Ja, je vraagt het aan de verkeerde.

Dat is soms zo lastig.

Isaak: Kind, het instrument is maar een instrument. Beschouw het instrument als een instrument. Wij bespelen het instrument maar als we geen noot spelen, weet het instrument het ook niet. Maar het instrument heeft een alledaagse drukheid. Op het moment dat ze gefocust is in een bepaalde werkzaamheid kunnen we niet die noot inspelen omdat anders krijg je ruis. Dus de juiste vraagstellingen op het juiste moment. Niet tijdens een persoonlijk bestaan omdat op dat moment heb je een persoonlijk bestaan, dan heb je niet ons meesterschap hè.

Dat is voor mijzelf soms lastig.

Isaak: Je weet mijn naam te noemen.

Dan zal ik hem erbij zetten.

Isaak: Vraag aan Isaak en vraag het niet aan degene die ik nu niet mag benoemen.

Ja, dat is goed.

Isaak: Je loopt al zo lang mee en heb je het nog niet door?

Maar ze is zelf ook wijs.

Isaak: Ja, ze is zeer wijs maar de vraagstellingen over de werkzaamheden kan ze niet beantwoorden als wij het niet doorgeven. Dus de wijsheid van haar meesterschap bezit ze natuurlijk, uiteraard, zeer uiteraard. Maar op het

moment dat je iets wilt weten van deze persoon tegenover je moet je het niet aan een ander gaan vragen.

Dat is duidelijk.

Isaak: Want die weet het niet en die kan zeggen in zijn eigen weten: ach, het hoeft niet, genoeg werk. Ook een beetje eigenbelang, genoeg werk, waarom nog meer werk? Dus onthoud dat en zeg het ook tegen degene die jij

Ja, dat zal ik doen.

Isaak: Dat ze mijn naam moeten roepen en mijn naam is Isaak.

Ik zal hem nog vaak gaan gebruiken.

Isaak: Mijn naam is Isaak en het is niet zo dat je tijdens een avondje even leuk doen even mij gaat roepen want ik heb ook mijn werkzaamheden en ik wil graag op afspraak werken. Dank je wel. We gaan voort met dit gesprek. We moesten dit even nog vertellen voordat de tijd om is en ze weer het instrument gaan benaderen en niet ons.

Dus kind, op het moment dat jij als persoon zijnde werkelijk dit fysieke mens wil helpen, moet jij jezelf losmaken van je emoties. Maak je jezelf niet los van je emoties wat word je dan?

Sorry?

Isaak: Maak je je niet los van je emoties wat word je dan?

Dan leef je teveel mee.

Isaak: Ja, dan traan je haast mee en dan kun je je zodanig verbinden zoals we aan het begin van deze avond spraken dat je de energie absorbeert en je er volledig in blijft hangen en niet meer objectief bent. Dan vind je het zielig, desnoods, je vindt het erg maar je komt niet meer met advies.

Dat is wel moeilijk.

Isaak: Ja, maar dat is een keuze. Je besluit om dan een meester te zijn of je besluit om gewoon met de persoon mee te lopen in de wereld die voor haar bekend is en dat is de verleden tijd die we net benoemden. Blijkbaar leeft het kind in het verleden, heeft ze vele frustraties en boosheden daarin doordat ze niet in erkend is en volgt ze het pad nog steeds om erkend te worden. Dus ze wil erkend worden door wie? Door de echtgenoot, de partner en het kind. Waar of niet?

Ja.

Isaak: Wordt ze erkend?

Nee.

Isaak: Omdat ze de erkenning niet afdwingt. Je moet ook afdwingen. Als je erkent wilt worden, kind, dan moet je niet accepteren het woord: niet erkend worden. Als je niet blij bent met de kleur rood dan neem je toch niet de kleur rood tot je? Dan ga je tot strijd over. Gaat zij tot strijd over?

Nee, ze zit er passief in.

Isaak: Precies, dan heb je al die maar's zoals we duidelijk hebben benoemd. Ze is ontevreden maar ze is een slachtoffer en ze blijft een slachtoffer omdat ze niet strijdlustig is om het te veranderen uit angst om alles te verliezen. Dus ik verlies liever mezelf dan dat ik knok voor mijn eigen geluk. Dus ik offer mezelf op, ik blijf ontevreden en ik sterf ontevreden. Nou, dit hebben wij in een korte tijd eigenlijk eruit gehaald. Nu komt eigenlijk de les. Hoe wil je haar helpen?

Aanhoren en bevestigen in wat ze doet.

Isaak: Precies. Jij moet iemand dus ontevreden maken omdat je houdt hem niet meer zoet. Oh, wat erg. Ja, ik begrijp je. Hoe kan dit nou? Ik snap het

niet. Dus er is nu niet meer aan het externe van haar leven maar naar het interne van haar leven. Dat betekent: nu moet jij naar jezelf kijken, kind.

Ik geloof wel dat ze het doet. Ze is ook veel met spiritualiteit bezig en ze weet dat ze patronen herhaalt.

Isaak: Als ik weet dat ik te dik ben en ik ga niet over tot afvallen, ben ik nog steeds te dik. Klopt. Als ik weet dat ik rook en ik zeg: "Ik stop" en ik ben nog niet gestopt, ben ik nog steeds een roker. Dat is een feit. Zij weet het gelukkig. Dat betekent dat ze het kan veranderen anders had je eerst het weten moeten gaan brengen. Dan zeg je gewoon: "Laten we vriendinnen zijn, we zijn vriendinnen en we hebben een goeie tijd als vriendinnen". Betekent een leuke tijd hebben als vriendinnen, leuke dingen doen samen, dat vind jij leuk, dat vind ik leuk, leuke dingen doen samen. Dit vind ik minder leuk. Dit verhaal heb ik al heel vaak aangehoord. Kunnen wij nu een leuke tijd met mekaar gaan delen zonder dat we steeds maar de tijd gaan herhalen van verleden tijd? Dat is leuke dingen doen met een vriendin. Een leuk gesprek, leuke ontmoetingen, leuk. Maar stel dat je zegt: "Wil je nu dat ik jouw helpende vriendin ben?" En je vraagt het aan haar netjes en ze zegt: "Ja". Dan zeg je: "Misschien ben ik nu een minder leuke vriendin voor jou maar mijn objectiviteit zegt mij dat je dit en dit en dit en dit en dit en dit en dit en dit volledig fout doet. Kunnen we dan nog een vriendschap hebben?" Dan ben je eerlijk. Omdat is het ooit in je gedachtes al gepasseerd wat jij op had genoemd? Ja, natuurlijk anders noem je het niet op. Maar de angst om het op te noemen is bij elk mens aanwezig omdat je bang bent om te verliezen. Als ik direct ben en ik zeg tegen de persoon dat hij dat en dat fout doet, krijg ik een confrontatie en die confrontatie kan zodanig terugketsen dat ik me vervelend ga voelen dus laat ik die confrontatie maar uit de weg gaan. Dat is geen vriendschap. Dat is geen vriendschap. Een vriendschap is: wij zijn vriendinnen, wij gaan leuke dingen met elkaar doen dus dat is leuk. Nu zijn wij vriendinnen en wij gaan minder leuke dingen met elkaar doen omdat we gaan elkaar helpen. En ik doe het alleen uit vriendschap en uit weten omdat ik als vriendin een tijd al jou heb geabsorbeerd, al heb zien worstelen. En ik weet precies hoe jij je voelt omdat je het al vaker hebt verteld en daar wil ik mee helpen omdat ik zie dat je het fout doet en ik zie

dat je het fout doet omdat je het makkelijker vindt om in die controle te blijven dan het te doorbreken. Dat zou mijn antwoord zijn naar deze schone vrouw.

Oké.

Isaak: Nog vragen hierover of opmerkingen?

Het is wel duidelijk. Het is alleen je eigen angst die je moet overwinnen.

Isaak: Ja. Weet je wat wij altijd zeggen schone kinderen: als een vriendschap goed is, blijft een vriendschap goed. Die kunnen wel werkelijk tegen een confrontatie hoor. Als een vriendschap niet goed is en je benoemt hem als vriendschap en het is alleen maar zoet houden en leuk zijn met elkaar en nooit in confrontatie gaan dan is een vriendschap eigenlijk gebaseerd op lucht en lucht is ook het gene wat je noemt vriendschap. Is hetzelfde met een relatie, is hetzelfde met een vak. Als je vak goed is en jij bent echt in je vak dan kun je alles aan in dat vak. Het zal zwaar zijn maar jouw kracht is zodanig gebaseerd dat je weet hoe je om moet gaan met die problematiek. Ben je zwak in je vak en je krijgt een probleem en je kunt het probleem niet aan dan ben je slecht in je vak. Het is net als een branddimmer. Eigenlijk ben je alleen maar kleine brandjes aan het blussen en zichzelf brandweerman te noemen. Ik ben brandweerman, ik heb kleine brandjes geblust en daarom ben ik een brandweerman. Oh, grote brand, help! Nou, we hadden het over onze regressietherapeute.

Mijn case gaat over een jonge vrouw met vier kinderen die verkracht is in haar huwelijk. Tijdens de regressies gaat ze uit haar lichaam en ze is dan ook helemaal verkrampt om terug te komen en ze zegt dan ook altijd: "Laat mij daar lekker blijven". Ik ben dus gestopt met de regressies. Ik hou me aardig aan zoals u zegt de regels. Ik geef haar ook huiswerk mee maar tot nu toe heeft ze steeds excuses en er zit zo ontzettend veel angst.

Isaak: Waar is ze bang voor?

Bang voor verlies, bang dat ze het niet goed doet. Ze heeft ook geen eigen mening.

Isaak: Ze is tegen haar wil seksueel gebruikt door haar eigen echtgenoot?

Ja.

Isaak: Waarom heeft ze hem niet de laan uitgestuurd?

Precies. Dat is ook wat er ter sprake is gekomen. Uiteindelijk heeft hij de scheiding aangevraagd. Ze zit nu nog in haar verwerkingsproces. Ze heeft nu een vriendje waar ze af en toe seks mee heeft en waar ze leuke dingen mee doet maar aan de andere kant wil ze hem niet in haar leven omdat ze bang is dat hij bezit van haar neemt.

Isaak: De ex?

Nee, het nieuwe vriendje. Dus zij heeft heel erg de controle wat hij wel en niet mag doen en hij gaat daarin mee.

Isaak: Dat is dus de macht houden.

Precies. Zolang ze de macht houdt, hoeft ze niet naar zichzelf te kijken.

Isaak: Precies.

Hoe krijg ik haar in beweging dat ze toch de verantwoordelijkheid gaat pakken bij zichzelf en haar eigen mening gaat uiten en niet gaat vluchten van haar lichaam?

Isaak: Ze vlucht van de werkelijkheid.

Precies.

Isaak: Kijk op het moment dat je dus verkracht wordt door iemand, dat betekent dat iemand bezit heeft genomen van je fysieke lijf tegen je wil in. Op het moment dat je dat meemaakt ben je onmachtig. Je hebt geen macht meer over je voertuig. Iemand is in je voertuig gestapt zonder je toestemming. Dat kan psychisch zo'n breuk geven dat je ander gedrag gaat

hanteren van: dit overkomt mij nooit meer. Ik ga nu nooit meer de macht uit handen geven. Dus ik ga nu mijn karakter, mijn persoonlijkheid veranderen om dus sterker te zijn. Dus degenen die in mijn leven komen die zijn dus de slachtoffers van mijn slachtofferrol op dat moment. Dit moeten jullie onthouden kinderen. Jij maakt slachtoffers door jouw eigen slachtofferrol. Jij moet nu besluiten om die verwerking aan te gaan en het los te laten. Ja, het is moeilijk. Vervelend dat het mij is overkomen maar ik wil geen slachtoffers maken. Dus ik ga niet projecteren.

Dat doet ze wel.

Isaak: Precies. Het is hetzelfde dat er nu een dief in deze ruimte komt en die steelt al deze goederen. Het is vervelend. Het kan zo naar zijn dat je een tijd zonder goederen zit. Maar op het moment dat je niet jezelf erover zet, zul je steeds maar bang zijn dat er een dief komt. Dan heb je geen bestaan meer omdat je alleen maar de sloten dicht moet doen en moet waken van: gebeurt er wat? Gebeurt er wat? Gebeurt er wat? Dus deze schone vrouw is waakzaam. Zij is dus steeds op de hoede voor een nare gebeurtenis. Jij kunt haar niet helpen schone vrouw. Waarom niet? Omdat ze beseft niet dat ze slachtoffers maakt. Onze woorden naar haar toe zouden niet geliefde woorden zijn.

Waarom?

Isaak: Waarom? Omdat wij zouden tegen haar zeggen: “Wat jij anderen aandoet, wil jij niet dat het jou aangedaan wordt, waar of niet?” Waarom doe je het dan aan anderen als je het zelf niet aan zou willen voelen. Maar ik ben verkracht. Ja, je bent verkracht maar waarom kun je dat niet loslaten? Het was een gebeurtenis die naar is maar loslaten besluit je. Of je nou verkracht bent of seksueel misbruikt in je jeugd of in scheiding terecht bent gekomen, verlaten, verraden, noem maar op. Heel veel negativiteit kan de mens meemaken. Maar zorg kinderen dat het verleden tijd wordt. De psychische zin is sterker dan het lichaam. Maar maak de psychische zin sterker positief en niet negatief. Als jij een goeie therapeute bent, waar wij overtuigd van zijn, hoor jij niet iemand toe te laten om slachtoffers te maken.

Maar de confrontatie maakt wel dat ze stappen maakt maar het gaat heel langzaam. Na een shockeffect gaat ze wel een stapje vooruit in de goede richting.

Isaak: Het kan sneller.

Wat kan ik doen om haar door te sturen? Ze loopt ook bij een psycholoog. Ik heb vorige week al gezegd: "Als je niet wilt genezen ga je weg". Ze zegt dan: "Dit en dat heb ik gedaan".

Isaak: Is niet genoeg. Het is hetzelfde als dat je aan een kind een opdracht geeft: dat is je takenpakket en het takenpakket heeft ie voltooid maar met laksheid en eigenlijk niet met bewustwording van. Dan zijn de taken niet goed uitgewerkt. Jij kunt deze persoon alleen maar helpen op het moment dat zij op gaat houden om andere slachtoffers te maken. Omdat de mensen die zij nu om zich heen heeft, worden dus eigenlijk destructief behandeld door haar negatieve energie doordat zij negatief ingesteld is. Ze is negatief ingesteld door de teleurstelling wat haar overkomen is. Haar ex heeft haar dit aangedaan. Nee, jij hebt het jezelf aangedaan. Je ex heeft jou gedwongen maar jij hebt toegelaten dat jij nu slachtoffer geworden bent van. Dus ga je nu ophouden? Ga je nu andere mensen met liefde behandelen? Dus dan ga je je nieuwe partner volledig toelaten in je hart, ga je met hem de strijd aan hoe het is om weer kwetsbaar te zijn en ook weer de angst te voelen van je eigen kwetsbaarheid. De angst te voelen van je eigen kwetsbaarheid. Dan ga je met een glimlach door het leven en dan ga je niet meer steeds in het verleden graven. Het is over en voorbij. Dus breng iemand in regressie hoe hij het wil hebben. Niet steeds maar terug gaan graven en graven en graven. Nee kind, hoe wil je het hebben?

Op zich moet je wel uitkijken omdat op een gegeven moment gaat ze toch weer terug in het lichaam. Het is niet zo negatief gesteld als het nu geschetst wordt.

Isaak: Het is wel negatief kind, omdat zij leeft niet volgens het woord rust.

Ze is doodmoe.

Isaak: Precies. Dat betekent dat ze ontzettend negatief is. Anders zou ze rust hebben. Regressietherapeuten – en misschien is dat een goeie voor jou schone vrouw – zijn therapeuten die brengen je terug naar ervaringsmomenten. Kan zijn in vorige levens of in dit leven en je gaat een ervaring weer voelen, bekijken, het laatste moet ook nog gebeuren hè, loslaten. Maar stel dat je hebt bekeken, gevoeld en los hebt gelaten dan heb je het in jezelf ervaren, je bent er bewust van geworden, dan moet je iemand terugbrengen naar het nu en iemand gaan leiden naar een toekomstmoment. Betekent we gaan nu niet regressie terug, we gaan regressie vooruit. Hoe gaan we het doen? Iedere keer als de persoon het verleden weer terughaalt zou je het moeten verbieden. Nee, dat hebben we al bekeken, gevoeld en losgelaten, dat gaan we nu niet meer doen. We gaan nu opschrijven hoe je het wilt hebben maar we gaan ook opschrijven hoe je het doet. Dus ga elke dag opschrijven hoe je je voelt en hoe je het weer hebt gedaan naar je geliefden toe. Hoe heb ik gedaan naar mijn partner? Hoe heb ik gedaan naar mijn kinderen of naar andere geliefden? Hoe heb ik mezelf neergezet? Op het moment dat die persoon weer bij je komt moet die persoon dat stukje wat die persoon heeft gedaan voorlezen en aanvoelen. Voel aan wat jij de persoon hebt aangedaan door jouw gedrag. Betekent breng die persoon terug in regressie dat die persoon dat meeneemt in zijn gevoelswereld en gaat voelen wat die persoon doet, nu. Dat doet pijn. Jij zei zelf het kind wil niet terug in haar lichaam dus ze wil niet terug in de werkelijkheid.

Nee.

Isaak: Dus mijn antwoord op deze case zal zijn: laat die persoon voelen wat die persoon doet. Schrijf eerlijk en oprecht op, neem het mee via jouw therapeutische basis, jouw technieken dat ze dat gaat aanvoelen en niet het verleden.

Dank u wel.

Isaak: Marian, heb jij een case?

Ik heb niet echt een case. Ik heb een klant die me irriteert maar ik kan misschien niet zo goed.....

Isaak: Leg uit.

Het is een vrouw die werk zoekt. Ze is pas geleden gescheiden, ze is een labiel type en kan wel werken maar is tegelijkertijd ook heel erg onzeker. Ze betreft mij in alles wat ze doet, ze hangt aan me. Ik raak heel erg geïrriteerd van haar. Dat heb ik niet vaak bij mensen. Ik merk dat er iets anders is dan het stuk dat ze gewoon kan werken. Er zit een stuk zwakte onder waardoor het niet goed gaat. Ik dacht net dat ik misschien niet duidelijk genoeg....

Isaak: Waarom irriteert iets jou? Weten jullie dat?

Omdat ze te dichtbij komt misschien?

Zelf denk ik dat het komt omdat zij het contact teveel belaaft.

Ik denk dat jij je grenzen moet stellen.

Isaak: Goed zo. Goed zo. Grenzen stellen. Jullie zijn slecht in grenzen stellen. Stel dat je zegt: "We spreken elkaar over drie weken" en drie weken duurt te lang voor iemand en de persoon gaat je steeds opbellen. Moet jij jezelf aan jouw grenzen houden, aan je eigen grenzen, ik heb drie weken gezegd en niet twee weken. Ja, maar stel dat ik dat doe dan verlies ik misschien een klant, word ik veroordeeld omdat ik mijn werk niet goed doe en alleen maar tijd neem tijdens de sessie. Ja kind, hebben jullie wel eens gehoord om professioneel te zijn? Als jij naar de tandarts gaat en je hebt een afspraak staan op een bepaalde tijd en je komt een andere tijd zegt ie: "We maken een nieuwe afspraak". Dan gaat ie ook niet zeggen: "Kom we piepen je even tussendoor" want dat is niet professioneel.

En als het een noodgeval is?

Isaak: Als het een noodgeval is, nood maakt andere regels.

In zo'n geval kan het nood zijn.

Isaak: Ja, maar je moet wel kijken naar het woord nood.

Dit is geen noodgeval. Ze heeft een smartlap van een e-mail geschreven van meer dan een A4 met wat ik wel allemaal niet goed zou doen. Ik dacht zo we spreken over drie weken wel af.

Isaak: Een noodgeval. Voor de ene is dat nood en voor de andere is het geen nood. Dus jij moet professioneel kijken: is er werkelijk nood? Als iemand met zo'n tand naar de tandarts gaat, is het nood. Op het moment dat iemand steeds maar moet trekken omdat ie aandacht nodig heeft, is dat voor die persoon nood maar niet voor jou nood. Wees professioneel kinderen. Kennen jullie de uitspraak: met vrienden moet je wandelen?

Nee.

Isaak: Er is een uitspraak die jullie zelf ter wereld hebben gebracht.

De uitspraak is: Met familie moet je wandelen en met de rest moet je handelen.

Isaak: Oké, dan zaten we ergens in die trant.

Maar was de uitspraak nou met familie of vrienden?

Isaak: Wij nemen vrienden. Met vrienden moet je wandelen en met anderen moet je handelen. Dus vrienden ga je lekker mee wandelen en als familie jouw vrienden zijn, ga je ook lekker wandelen maar met anderen moet je handelen. Dat betekent: het blijft een handelen dat je creëert op het moment dat je professioneel bezig bent. Wil niet zeggen dat je een geldwolf bent hoor kind. Het wil gewoon zeggen dat je je werk doet vanaf zuiverheid. Omdat als jij met je zakelijke mensen steeds over de grens gaat van: het zijn vrienden, word je niet serieus genomen in je vak. Omdat mensen willen steeds maar via jouw vriendschap bij je vak komen. Dan zeg je: "Nee, ik ben nu je vriend dus we gaan wandelen. We hebben het nu over andere dingen, over mijn

problemen desnoods, die heb ik ook maar ik hou me graag aan de regels van professionaliteit”. En professionaliteit betekent houd je aan grenzen. Voel aan: wat is jouw grens? Want de ene heeft een andere grens dan de andere. Dus jouw grens is bereikt dan zeg je van: hè, wij hebben een afspraak en die afspraak gaan we voltooien en we gaan die regels handhaven die we net hier hebben besproken met Lous. Wil jij wel? Wil jij niet? Gaan we huiswerk doen of niet? Dat komt ook bij jou werkelijk tot recht hè. Omdat jouw werkzaamheden hebben eigenlijk precies met hetzelfde te maken als de andere mensen hier. Je wilt iemand coachen, helpen. Er moeten afspraken gemaakt worden en afspraken betekent aanhouden aan omdat je maakt samen een afspraak. Dus je legt het niet op, je maakt samen een afspraak, ben je akkoord? Als ze ja zegt dan heb je toestemming, zegt ze nee dan zeg je: “nou, welke afspraak kunnen we wel maken?” Maar laat nooit iemand heengaan zonder een afspraak te maken want anders gaan ze wachten tot de volgende ontmoeting omdat ze er niet aan werken aan de verandering van de situatie. We gaan nu in de persoonlijke zin blijven want we zijn niet alleen maar professioneel bezig maar ook persoonlijk. Stel dat je nu een probleem hebt met een vriendin, een familielid of desnoods je echtgenoot, wat doen we daarmee?

Hier bespreken.

Isaak: Het probleem is dat heel veel mensen niet tegen confrontaties kunnen en zeker - excuseer voor het mannelijke schoon - mannen kunnen ook heel vaak niet tegen confrontatie. Nou, mijn naam is Isaak, heb ik geen last van. Dus wat doen mannen? Die zwijgen vaak of je bent een zeur of ze geven non-verbaal aan dat je irritant bent. Ze gaan misschien nog harder timmeren in de schuur of ze zijn nog later thuis dan eerst. Wat moet jij doen schone vrouw? Jij moet een afspraak maken: “Wij gaan praten”. Dat is de eerste afspraak die jullie moeten maken. We gaan praten en dan is het woord praten wel praten. Dus dan vraag je – we houden het nu even bij de man of bij de vrouw kan ook, we hebben ook vrouw leeft met de vrouw – dan vragen we eerst: “Wil jij met me praten?” Wat doen vele vrouwen? Die beginnen te praten en de man die is bezig met de kinderen of andere dingen of kijkt tv en hij zegt: “Praat maar”.

Dat snappen ze ook vaak niet dat je wilt praten, dat moet je even aangeven.

Isaak: Dus als we gaan praten, dat betekent we gaan nu praten. Dan gaan alle elementen die storingselementen zijn weg. Dus de tv gaat uit, het gereedschap gaat in de schuur, de fiets plakken we een andere keer, de kinderen gaan naar bed en we gaan tegenover elkaar even praten. Nou, daar begint de eerste zucht. Kan het niet een andere keer? Ik ben moe.

Moet dat nou?

Isaak: Wie nog meer? Komt goed in het boek.

Ik ben er klaar mee.

Isaak: Ik ben er klaar mee, dus ik heb genoeg gepraat. Moet dat nou? Is goed voor het boek hè, Marian? Lous heb jij er nog één.

Te druk.

We hebben al zoveel gepraat.

Isaak: We kunnen toch gewoon later over verder gaan, wordt ook vaak gezegd. Het is goed zo. Ik heb er geen moeite meer mee, ik heb het al losgelaten, maar jij nog niet. Nou, dus in eerste instantie gaan we praten, of ze zeggen: "Ik kan niet praten, ik heb niet geleerd te praten, ik kom uit een gezin waar nooit werd gepraat". Dan zeg jij heel simpel en dit is puur om even de sfeer te doorbreken: "Zeg maar a, zeg maar b en zeg maar a, b, c, goed jij kan praten, je hebt alle letters al benoemd". Nou, dat is voor de sfeer hè, we houden het vriendelijk. Durf dat te doen omdat vele mannen gaan niet praten, puur omdat je het hen te gemakkelijk maakt. Je accepteert en zeg je: "Ja, hij heeft zoveel meegemaakt, hij is geen prater". Ja, dan wordt ie ook geen prater. Dus iemand die a, b, c kan noemen, kan praten, waar of niet? De hersenen doen het, het gevoel leeft want anders zou je niet in het lichaam zijn dus het probleem is opgelost. Dus nu heb je geen enkele man meer die dit boek leest die een excuus heeft om niet te praten. Jullie moeten geen

excuses voor hem gaan maken. Voor vrouwen geldt hetzelfde hoor. Wij willen dit probleem toch oplossen? Dat staat bovenop. Desnoods heb je een kladblokje bij je. Probleem is dat en jij zegt: “Schrijf dat ook even op, dan zijn we even op dezelfde golflengte”. Heb je dat probleem? Is net een spel. Heb je dat probleem? Nou,.....dan komen zijn woorden, we willen toch oplossen waar of niet? Dan voel je in lichaamstaal eigenlijk al hoe iemand zich voelt. De lichaamstaal zegt misschien nog meer dan de woorden. Hij gaat schuiven, wordt ongeduldig of bouwt een muur op en jij zegt heel vriendelijk: “Ik wil dit probleem oplossen, wil jij dat ook?” Dan krijg je alleen maar twee woorden en dat is?

Ja of nee.

Isaak: Ja of nee. Ja of nee, niet misschien of jij toen, nee.

Gesloten zaak.

Isaak: Wat zegt u?

Gesloten zaak.

Isaak: Ja. Wil je het probleem oplossen ja of nee? Die kun je ook toepassen bij je familieleden hè, bij ieder. Op het moment dat het nee is dan zeg je: “Dan houdt het op”. Dus jij wilt het probleem niet oplossen, dan houdt het op, dan komen we niet van het probleem af, betekent onze relatie is verstoord en hoe moeten we daar dan mee omgaan? Als onze relatie verstoord is daarin door dat probleem ja, dan moeten we wel het oplossen al ben je het er niet mee eens, dus dan kom je indirect weer terug bij het probleem.

Vaak zien ze het probleem niet eens. Ze weten niet eens waar je het over hebt.

Isaak: Ja, maar lieve schat dan hoor jij nog steeds het probleem op te lossen.

Dat is waar.

Isaak: Als er een probleem is door meerdere partijen dan is er nog steeds een probleem.

Maar is elk probleem op te lossen?

Isaak: Elk probleem is op te lossen.

Ook als je van mening blijft verschillen?

Isaak: Dan is het nog steeds op te lossen. Dat betekent je accepteert het probleem naar het effect van of je zegt: “Ik kan niet met het probleem omgaan dus ik laat dit gaan, ik laat jou gaan”.

Dus als één van beide partijen zegt: “Ik accepteer dat er een probleem is” dan

Isaak: Dan is het opgelost.

Dan is het klaar als ze er beide vrede mee hebben?

Isaak: Dan mag het nooit meer.

Oh, dan mag het niet meer.

Isaak: Dan aanvaardt je op dat moment het probleem omdat je accepteert het. Dus jij moet met jezelf en dat probleem in het reine komen en zeggen: “Ja, dan heb ik dat probleem maar, ik accepteer dat probleem” en dan begin ik nooit meer over dat probleem. Maar het probleem blijft bij jou een hele tijd herrijzen omdat je bent niet content dat je moet schikken.

Ergens sluimert dat nog wel.

Isaak: Ja, dat betekent dat je dan de hele tijd last van kunt hebben maar je begint nooit meer het probleem bij die persoon te brengen. Jij moet in het reine komen met dat probleem. Als je bij die persoon bent en je voelt het

probleem weer opborrelen en je hebt afgesproken dat jij het zou accepteren, moet je het accepteren.

En als je het geaccepteerd hebt maar het nog niet naar hem genit hebt?

Isaak: Je moet het wel uiten.

Dus je moet wel het probleem aangeven?

Isaak: Altijd, helaas hè. Kinderen, psychologie alles wat met de psychische zin te maken heeft is ook weer psychisch. Het komt via je gevoel binnen, je hebt psychisch problemen daarmee, lichamelijk heb je daar geen problemen mee. Het voelt lichamelijk maar het komt via het psychische. Je wordt moe, je wordt gefrustreerd, geïrriteerd, desnoods boos, verdrietig maar het komt allemaal door de psychische zin van een probleem. Dus altijd heerlijk in het probleem gaan zitten kinderen.

Maar zelf doen we het ook niet altijd omdat het is wel lekker om harmonie te hebben. Ik heb zelf ook wel de neiging om het onder het tapijt te schuiven.

Isaak: Dat mag niet.

Nee, dat snap ik maar het is een soort gemakzucht. Ik vind het ook wel moeilijk om erover te beginnen.

Isaak: Het is hetzelfde, kinderen en dat is heel simpel hetzelfde, als je nu naar buiten kijkt en je ergert jezelf door de wereld die jouw leven is. Je ergert jezelf en je ergert jezelf dat het erg zou zijn. Dan zeggen wij: "Pak het aan anders blijf je je ergeren". Dan kun je zeggen: "Nou, ik zie het niet meer", dan moet je met gesloten ogen door het leven gaan. Maar als je ergens je aan ergert verander dan dat.

Maar in een relatie?

Isaak: Ja, dat heb je maar daarom is het zo ontzettend fijn om ruzie te maken.

Ja, maar je moet ook aan jezelf denken. Mijn partner is nu naar Engeland en zijn we een paar weken uit elkaar en ik ben wel kwaad op hem.

Isaak: Dan is het ook ontzettend fijn om ruzie te maken. Het is werkelijk zo en dat staat ook beschreven in onze boeken. Het is fijn om ruzie te maken. Waarom zou men dat niet fijn vinden? Omdat ruzie maken wat betekent de definitie van ruzie maken?

Ontluchten.

Isaak: Ik ben het er niet mee eens dus ik maak ruzie. Als je ruzie maakt met je kleine kind, ben je er niet mee eens, dan zeg je: “Ik ben het er niet mee eens”, dat is een ruzie. Maar ja, het hoeft niet meteen een slaande ruzie te zijn hè. Het is fijn om die onenigheid - waar je het niet mee eens bent - te bespreken en als jouw partner dat niet wil bespreken dan maak je ten eerste geen ruzie en ten tweede blijft het probleem staan. Dat betekent dat jullie geen toekomst hebben met elkaar. Dat betekent dat jij moet accepteren waar jullie eigenlijk ruzie om zouden moeten maken en in een stille oorlog verder gaan. Denk je dan echt dat je het gaat overleven?

Nee.

Isaak: Leg nou de case even voor, we zijn benieuwd.

Mijn relatie loopt niet zo lekker.

Isaak: Waarom loopt het niet lekker?

Aan de ene kant houden we heel veel van elkaar. Hij houdt ook heel veel van mij maar we leven steeds meer als broer en zus en ik heb daar moeite mee. Ik wil intimiteit en hij wil dat niet meer. Ik heb dat ook aangegeven en ik blijf er ook wel op hameren dat ik er wel iets mee wil.

Isaak: Lieve schone vrouw, therapeutisch gaan we je nou eventjes helpen.

Dat was ook mijn probleem.

Isaak: Therapeutisch gaan we je even helpen. Heel simpel, wat wil jij? Dus nu zeggen wij niet: “Wat wil hij?” We zeggen: “Wat wil jij?” Wil jij een relatie als broer en zus of wil jij een relatie als man en vrouw?

Als man en vrouw.

Isaak: Precies. Dus broer en zus valt al weg. Betekent ik wil intimiteit. Ik wil het gevoel hebben dat ik een vrouw ben van jou die bemind wordt door jou en gelijk staat aan jou. Krijg je dat niet dan ga je er over ruziën, ga je het probleem eigenlijk oplossen dat er wel een vrouw en man aspect herrijst. Gebeurt dat niet dan is er geen toekomst. Dan kun je wel zeggen: “Ik hou van hem” maar dan vragen wij jou de vraag: waar hou je van? Hou je er van om als broer en zus te leven en je ontevreden te voelen, dat je alleen maar als broer en zus door het leven gaat of hou je van jezelf en zeg je: “Ik kies voor anders?”

Ik wil voor mezelf kiezen.

Isaak: Het gene wat belangrijk is lieve kinderen – en luisteren, het is gewoon een algemeenheid voor ieder die onze woorden leest of hoort – zijn behoeftes. Waar gaat jouw behoefte naar uit? En ontken het nooit. Als jouw behoefte is en jij schikt boven jouw behoeftes dan verkracht jij jezelf geestelijk. En je kunt dan van iemand houden door de persoon die hij is, dat mag. Maar je houdt nog meer van jezelf dat je voor jezelf kiest en de persoon dus loslaat omdat hij niet jouw behoeftes kan of wil vervullen. In deze instantie heeft het niet met kunnen maar heeft het met willen te maken. Hij is ontzettend, hoe kunnen we dat netjes zeggen, met zichzelf bezig en niet met jou bezig. Waar of niet?

Ja.

Isaak: Dat betekent dat hij denkt aan zichzelf en niet aan de behoeftes van jou. Dus hij vlucht om dus niet naar de realiteit te kijken van: hoe kunnen wij verder in harmonie en tevreden zijn? En niet even weer tijdelijk harmonie want dat krijg je met overlevingen. Dan ga je uit elkaar en kom je bij elkaar en dan ga je weer een tijd overleven. Ja, dan komt het probleem weer terug. Dus deze case die jij ons voorschotelt moet opgelost worden door de confrontatie en niet door het vluchten. Dus jij zal hem terug moeten gaan roepen en zeggen: “Oké, we gaan knopen doorhakken”. Knopen doorhakken van: wat wil jij? Wat wil ik? En hoe komen wij tot compromis zowel negatief als positief? Moeilijk hè? En jij zegt: “Ik hou van hem”, maar ja, een illusie is ook houden van hè.

Mag ik daarop reageren? Je zegt: “We houden van elkaar en hij houdt van mij” maar ik heb je niet horen zeggen: “Ik hou van hem”. Ik heb het gevoel dat jouw gevoel voor hem meer is dan zijn gevoel voor jou.

Isaak: Dan moet jij eisen kind. Jij moet eisen, je moet het niet goedvinden kind. Als je goedvindt..... als de politie het goedvindt dat je steeds de regels overtreedt dan blijf jij de regels overtreden. Een relatie heeft ook regels en regels die maak je in een relatie samen en die zijn gebaseerd op twee mensen en met het woord: het zijn jouw behoeftes en het zijn mijn behoeftes. Hoe komen wij tot compromis dat we alle twee gelukkig zijn in de relatie zonder ons op te offeren? Pff. Dus houden van is een illusie schat, omdat ik hou van hem, dan moet je altijd de vraag stellen: waar hou ik van nu op dit moment? Hou ik van dat hij gevlucht is? Hou ik van dat hij mij achterlaat met al die vraagtekens en met dat ongenoegen? Hou ik daarvan of hou ik van de illusie zoals het had kunnen zijn? We zijn nu psychologen hier. Hebben we eeuwig voor gestudeerd hoor kinderen, komt niet zomaar tot je maar jullie zijn beginnend. Jij moet echt veranderen kind, jij moet strepen zetten. Ik roep je terug: wij gaan dit uitvechten en dan gaan we werkelijk knopen doorhakken. Oké, dan is het maar zo. Dan neem ik eigenlijk mijn winst of mijn verlies. Maar het is beter om je winst en verlies te halen dan je psychologisch eigenlijk zodanig te manipuleren dat je lichaam eronder gaat lijden. Begrijp je ons? Omdat niemand wil in de wachtende houding zitten. Niemand wil in de onzekere houding zitten. Niemand, ook jij niet hoor.

Ik heb een vergelijkbaar probleem. Ik heb het gevoel dat mijn man zo diep gekwetst is in het verleden door een ander waardoor zijn hart gekwetst is waardoor hij zijn diepe gevoelens niet durft te voelen. Seksueel kan hij zich niet overgeven. Dat betekent voor mij dat hij gewoon impotent aan het worden is. Ik heb mezelf afgevraagd wat is dan liefde? Wat wil ik? Als het moeten is, dan hoeft het voor mij niet. Ik krijg wel veel liefde van hem. Ik heb het er met hem over gehad en gezegd dit stukje fysieke kan ik niet krijgen maar ik krijg wel heel veel koestering dus dat is me wel heel waardevol in deze relatie. Ik wil hem niet dwingen om dat stukje verleden te veranderen.

Isaak: Dus je accepteert het wat we net hebben gezegd. Dat mag, maar je hoeft het niet te accepteren omdat het probleem is op te lossen.

Dat vraag ik me af.

Isaak: Ja, is op te lossen. Maar het moet wel opgelost worden. Dat betekent dat een seksuoloog, psychologisch, aan te pas zou moeten komen. Omdat het is niet een fysieke aandoening.

Nee, dat denk ik niet.

Isaak: Nee, dat weten wij ook. Wij proberen jullie allemaal tijdens deze avond toch wel even mee te geven wat jullie nodig hebben, degenen die we spreken tenminste. De fysieke aandoening is wat anders. Psychisch en lichamelijk is één. Dus als je psychisch moe bent, ben je lichamelijk moe. Als je psychisch een complex hebt, kan het zijn dat je lichamelijk een complex krijgt zoals anorexia probleem. Bepaalde mensen hebben faalangst ook en dan gaat het ook niet werken. Stel dat jij als vrouw zijnde faalangst hebt om een orgasme te krijgen omdat je bang bent voor je eigen geluid en genot dan ga jij op dat moment dat niet toelaten, dan ga je niet over tot overgave. Hij gaat niet over tot het woord overgave. Blijkbaar voelt hij zich bij jou zodanig onveilig dat hij zich blokkeert. Jij kunt dat doorbreken of je kunt het accepteren. En nou is de vraag: welke keuze maak je?

Ik had ervoor gekozen om het te accepteren.

Isaak: Met ontevredenheid?

Ja, omdat ik heb dat zo vaak aangekaart en hij zegt iedere keer: "Geef me de tijd, heb geduld" en inmiddels zijn we al dertien jaar verder. Dan zoek ik het ook bij mezelf van: hoe kan ik hiermee omgaan?

Isaak: Ja, maar lieve schat, jij laat zo'n situatie dan levend uit liefde voor de heer. Het is hetzelfde dat je zegt: "Oké, ik kan 100% hebben maar ik kies voor 75 omdat 75 is beter dan niets". Maar als je 100 kunt hebben, kun je jezelf ook krachtig maken voor die 100. Het verleden heeft ie dus blijikbaar niet aanvaard als teleurstelling omdat hij heeft die teleurstelling nog niet losgelaten.

Ik kan dit niet zeggen omdat hij ziet dit niet voor waar. Hij ontkent gewoon.

Isaak: Ja, ontkenning is ook macht. Als je iets ontkent, houd je de macht over een bepaalde situatie/positie en dan hoeft je het niet te veranderen. Wij gaan nu alleen globaal vertellen hoe het wel zou kunnen en jij kiest wat jij wilt kiezen. Schone vrouw, hij blijft in het verleden hangen. Ons instrument heeft seksualiteit meegemaakt in een negatieve zin. Heel jong in leeftijd is ze met seks in aanraking gekomen door twee mannen en dat was geen prettige gewaarwording in vijf jaar tijd. Ergens heeft er ook een verkrachting plaatsgevonden en ze is dus in aanraking gekomen met seksualiteit, negatief. Toch is ze heel positief in seksualiteit komen te zitten door het feit dat ze besloten heeft om die ervaring niet mee te nemen, alleen maar als een ervaring te zien negatief zoals dat je iets negatiefs meemaakt en het los te laten. Dat hebben wij geïnstrueerd en daarom is het instrument vrij van de blokkades van vroeger en kan ze in het nu zijn. Jouw schone heer die kiest niet om vrij te zijn omdat hij heeft macht nu. Hij zou zich ontzettend onmachtig gaan voelen op het moment dat hij over zou moeten gaan naar overgave naar jou toe, jou toe moet laten fysiek gezien en zichzelf dus ook kwetsbaar moet opstellen. Als jij een andere vrouw zou zijn, zou jij simpelweg zeggen: "Kies ik niet voor". Ik kies niet voor om 75% te hebben omdat jij geeft me 75 terwijl je 100 kan geven en 75 krijg ik omdat je wilt machtig zijn. Jouw lichaam is gezond dus jij kunt mij seks geven. Ik wil seks.

Ik vind je fantastisch in alle andere aspecten, die benoem ik nog even maar dit stukje hoor ik ook te krijgen. Ik hoor liefde te krijgen. Uit respect naar mij toe hoor jij mij dit te geven. Heb je geen respect naar mij toe in dat stukje dan is jouw liefde beperkt naar mij toe omdat jij houdt niet van mij omdat jij niet dat stukje geeft aan mij terwijl je het kunt geven. Dan houd je niet van mij omdat anders zou je het geven. Een kleine vergelijking, misschien begrijpen we het dan beter: een kind is onmachtig naar de ouders toe natuurlijk hè, de ouders hebben de zeggenschap. Een kind heeft geen baan, geen werk, geen geld. De ouders hebben geld, het kind verlangt om wat te krijgen, de ouders die zeggen: “Nee” maar het kind zegt: “Maar waarom niet mama of papa?” Zeggen de ouders: ”Principe, je krijgt het nu niet omdat we hebben nu een principe opgezet dat je het niet nodig hebt, je mag het nu niet hebben”. En een kind zegt dan tegen de ouders: “Maar waarom niet?” dan zeggen de ouders: “Nou, omdat ik het zeg klaar”. Het kind zegt: “Oké, ik hou van mijn ouders dus ik neem dit als teleurstelling tot me, ik accepteer”. Maar als het kind bij ons zou komen zouden wij zeggen: “Kind, psychologisch doen de ouders je nu te kort omdat jij vraagt iets wat je kunt krijgen. Je ouders kunnen het geven, ze komen niet in tekort. Ze geven niet puur omdat ze het woord principe neer hebben gezet. Ze hebben dus bepaald dat jij het niet mag hebben en jij bent slachtoffer van”. Je houdt van je ouders dus je accepteert het maar het is wel fout. Als ouders zijnde moet jij op dat moment kijken naar de behoefte van het kind. Het kind heeft bij wijze van spreken die fiets nodig of wat anders. Jij kunt het geven al is het overbodig. Al heeft het kind al de zesde jas van je gekregen, zeg: “Oké, ik kan het geven. Waarom zou ik het niet geven?” Om dus die macht te hebben van: het kan niet, je hebt er al vijf of zes gehad. Maar als je overvloedig hebt, doe je jezelf toch niet tekort als je het geeft? Nou, dat is denken zonder kaders. Dan zeggen andere familieleden of wie dan ook: “Je verwent het kind, je schept een verkeerd voorbeeld”. Nee, jij verwent het kind niet, jij geeft het kind het gene wat het kind nodig heeft in behoeftes op dat moment.

Als het kind nou al vijf jassen heeft en het wil een zesde jas hebben...

Isaak: En je kunt het geven.

En ik kan het betalen, dan geef ik toch geen goed voorbeeld?

Isaak: Wat voor voorbeeld moet je scheppen? Een voorbeeld dat het kind geen behoefte mag hebben? Dat het kind genoeg heeft?

Bijvoorbeeld dat als je ergens zin in hebt dat je het gelijk moet krijgen.

Isaak: Maar als jij daar geen last van hebt tijdens het geven waarom zou je het niet geven?

Omdat het voor het kind niet goed is.

Isaak: Wie zegt dat?

Het kind wil dan alleen maar steeds meer.

Isaak: Het is niet zo. Het is niet zo. Dat is jullie kaders van denken. Laten we het zo zeggen. Het kind wil snoep. Het kind wil snoep en jij hebt een hele kast vol snoep en je laat het kind snoepen en het kind snoept, snoept, snoept en je laat het kind snoepen, opeens is het kind uitgesnoept. Omdat in jezelf heb je nog de behoeftes. Opeens heb je geen behoeftes meer aan dat snoep. Heel veel kinderen snoepen zichzelf dik. Waarom? Omdat ze hun emoties niet uiten. Dan ben jij als ouder zijnde weer verplicht om dus te kijken naar het kind en het kind dus te laten praten en met hen in confrontatie te gaan: waarom ben jij verzot aan snoep? Nou, ik heb dat nodig. Waarom heb je dat nodig? Ik hou me zoet. Nou, laten we over praten. Dus je moet in het begin kijken psychologisch gezien naar die case en een kind heeft nog het onderbewustzijn en het bewustzijn. Het kind weet onderbewust tot hoe ver het kind kan gaan. Maar als jij steeds de grenzen aantrekt, gaat het kind graag over de grenzen maar als je het kind zelf zichzelf laat opvoeden en je stuurt met liefde bij en je zegt: “Nee” in moment van nood dan ben je een goeie opvoeder. Het telt precies bij jullie. Als jij als kind zijnde thuis komt en je mag niets dan wil je het juist wel maar als jij het allemaal mag dan is de uitdaging al minder.

En als ze willen computeren dan?

Isaak: Op het moment dat het kind zichzelf achter die computer neerzet en het kind vindt dat prettig als tijdverdrijf en het wordt een verslaving moet je alleen maar gaan kijken in het woord: functioneren. Functioneert het kind nog buiten die verslaving? Gaat het kind nog naar school? Gaat het kind nog spelen met anderen? Functioneert het kind nog? Maar kijk wel naar de behoeftes van het kind want misschien is het kind niet zo sociaal aangelegd, heeft het kind geen behoefte om buiten te spelen. Maar op het moment dat je die computer weghaalt dan krijgt het kind eigenlijk een overvoeding: wat moet ik met mijn tijd? Kun je wel zeggen: “Lees een boek” maar als het kind geen behoefte heeft aan een boek lezen dan gaat het kind buitensporig zijn, gaat ie een ander tijdverdrijf creëren wat misschien nog meer gevaar levert dan het kind achter de computer te laten. Dan pakt ie jou terug omdat ie niet mag, gaat ie juist bij wijze van spreken de verkeerde wereld onderzoeken. Dus kijk altijd naar het kind. Het ene kind is een speels kind, het andere kind is een thuiskind maar je moet niet opleggen. Computers is een techniek voor vermaak zoals tv maar kijk of het kind functioneert buiten de tv, buiten de computer. Jij hoeft daar niets mee te hebben, jij hoeft er niet naast te zitten en je hoeft je alleen maar af te sluiten. Irriteer je je mateloos? Is het probleem jouw probleem.

Dus een tijd afspreken is niet nodig?

Isaak: Een kind is precies hetzelfde als wat jij bent alleen jij bent groter, zij zijn kleiner, ze zijn afhankelijk van jou. Wat voor tijd leven we?

Het is 22.15 uur.

Isaak: Wij moeten afsluiten. Wij zijn later begonnen dus we eindigen precies op tijd hè. Het huiswerk dat wij jullie mee willen geven – degenen die zichzelf aan willen sluiten bij deze psychologie cursus – heeft mee te maken dat jullie zelf gaan bepalen welk stukje psychologie jullie mee gaan brengen de volgende keer dat wij jullie ontmoeten en dan gaan we dus met elkaar afluisteren. Afgesproken?

We danken jullie.

Bijeenkomst 14 juni 2010

Isaak: Goedenavond.

Goedenavond.

Isaak: Huiswerk is het belangrijkste wat de fysieke mens zichzelf kan voornemen op het moment dat hij zichzelf student noemt. Op het moment dat jij zegt als fysiek mens: “Ik wil graag meer weten over het gene wat met de psychische toestand van de fysieke mens aan de hand is”, is het altijd belangrijk om het huiswerk als studiemateriaal tot je te nemen. Wie van jullie voelt zich geroepen?

Ik wel. Waar ik tegenaan loop is dat ik het heel lastig vind als je in een hulpverlenings situatie zit en je probeert met ouders om ergens richting aan te geven dat ze dan altijd reageren van: ja, dat doen we of dat hebben we al gedaan of dat werkt niet. Dan merk ik bij mezelf dat ik me er mateloos aan irriteer. Ik vind het zo moeilijk om dan rustig en beheerst te bedenken van: hoe ga ik daarmee om? Dat doe ik ook wel maar na afloop kan ik het wel uitschreeuwen.

Isaak: Onthoud goed: de meester is de meester. De student is de aannemer. Is er geen aanneming, is er geen student. Dat betekent dat je jezelf op dat moment niet ondergeschikt moet maken aan degene die student is maar je hoort bij jezelf te blijven en te geloven en te vertrouwen en jezelf zodanig sterk te maken dat je verbaal communiceert in directheid. Dat betekent: spreek uit. Spreek uit de gedachten die op dat moment tot je komen en vraag rechtstreeks, rechtlijnig en zonder inhouding of degene werkelijk bereidwillig is om zichzelf over te geven aan het gene wat jouw meesterschap is en zich wil gaan schikken in jouw advies. Anders moeten zij zichzelf niet meer met jou verbinden, je loslaten en ergens anders hun heil gaan zoeken. Direct communiceren, niet afwachting, niet aftastend, direct. Scheelt veel tijd, frustraties en natuurlijk energie. Dat betekent dat je jouw energie kan gebruiken in een andere case of desnoods voor jezelf maar verspil nooit je

energie op het moment dat ze niet bereidwillig zijn tot overgave. Moeilijk hè. Betekent dat je nooit meer jezelf voorzichtig neer gaat zetten maar puur direct neer gaat zetten. Een voorbeeld: op het moment dat jij aan het analyseren bent en je bent aan het bestuderen hoe jouw patiënt zichzelf destructief neer heeft gezet en jij komt tot een diagnose en conclusie, dan is het jouw waarheid. Dat betekent ook dat jouw waarheid telt. En dat betekent ook dat er naast die waarheid een remedie is en die remedie draag je uit. Op het moment dat de persoon die remedie niet aanneemt, wat moet je doen?

Stoppen.

Confronteren.

Isaak: Precies. Confrontatie is noodzakelijk. Neem je het aan? Graag. Neem je het niet aan? Ga heen en zoek een andere remedie. Maar mijn energie is blijkbaar niet goed genoeg en jullie geloof ook niet anders zouden jullie het aannemen. De volgende.

Mijn vraag gaat over vriendschappen. Ik heb het gevoel dat bepaalde vriendinnen niet meer bij me passen of dat het geen toegevoegde waarde meer heeft. Ik heb een heel verleden met ze gehad en heel veel met ze meegemaakt. Het brengt heel veel schuldgevoel met zich mee om die relaties te verbreken. Hoe kan ik ermee omgaan en ze loslaten?

Isaak: Op het moment dat jij afscheid neemt van je interieur, hoe neem je afscheid?

Dan geef ik het weg.

Isaak: Resoluut. Je bent vastberaden, je bent resoluut.

Je hebt ook wel eens stukken waar je geen afscheid van kunt nemen.

Isaak: Dat hangt van jou af. Maar op het moment dat je afscheid wilt nemen van een bepaald stuk van je interieur doe je dat resoluut. Wij zien dat vele kinderen ontzettend moeite hebben met het woord afscheid nemen. Ze zijn

resoluut maar opeens gaan ze erover nadenken en zijn ze minder resoluut. Niet dat het interieur met je praat dus het heeft puur met je eigen gewetenskwestie te maken. Je gaat twijfelen aan jezelf. Je gaat overwegen en nadenken en misschien denk je dat je het verkeerd hebt en dat het stuk interieur misschien toch ooit nog van pas kan komen en je houdt het vast. Maar stel dat je dit je hele leven lang zou doen, hoe vol zou je huis niet zijn? Het is hetzelfde met vriendschappen. Op het moment dat je resoluut afscheid neemt van een bepaalde vriend of vriendin dan is dat gewoon klaar in je behoeftes. Je hebt daar geen behoefte meer aan en je hebt een bepaald punt bereikt met het woord genoeg. Maar stel dat je die persoon dan nodig zou hebben ergens ver in de toekomst, zou ik dan resoluut nu die persoon uit mijn leven bannen of zou ik misschien nog een aantal jaren moeten wachten en dan resoluut afscheid van nemen?

Dat is iemand aan het lijntje houden.

Isaak: Precies. Dus nooit vooruit denken.

Daarvoor is dat niet maar het is meer vanuit het verleden dat je zegt: "Nou ik koester wel die vriendschap en daarom blijf ik nog wel een tijdje contact met je houden".

Isaak: Dat is niet zo wijs en wijsheid heeft te maken met wijsheid en niet met stomheid. Op het moment dat jij die persoon resoluut uit je bestaan verwijdt is dat een gevoel dat bij jou binnen is gekomen. Komt het voort uit trots of komt het voort uit eigenwijsheid dan zeggen wij: "Stom". Verhef jezelf boven je trots, verhef jezelf boven jezelf. Maar is er werkelijk een behoefte dan geef je eraan toe. Dan hoeft je het alleen maar mede te delen. Of je het nou met een glimlach doet of met een serieuze blik of desnoods met een ruzie, dat is ons om het even. Maar op het moment dat het eenmaal ontstaan is, moet je nooit en te nimmer je schuldig voelen en nooit en te nimmer het scenario weer af gaan draaien tot honderd andere scenario's wat al voorbij had kunnen zijn.

Dat gebeurt wel hè.

Isaak: Dat is niet zo wijs. Nee, het is een momentopname die je dus op dat moment meteen vergeet. Je bent resoluut geweest en je hebt het resoluut verwijderd uit je geheugen en jij gaat een glimlach naar jezelf geven uit trots dat je het voor mekaar hebt gekregen omdat het is normaal dat de mens met goede intenties zichzelf schuldig voelt en erover nadenkt. Maar laten wij anders zijn dan de mens die normaal is. Laten we abnormaal zijn en zie het spiritueel gezien als een verruiming van je energie, je ziel, doordat je voor jezelf op bent gekomen en resoluut je menselijkheid opzij hebt gezet.

Verstandelijk kan ik het wel zo opnemen maar wat als je dan toch nog.....?

Isaak: Dat is psychisch kind. Psychisch ben jij jezelf aan het straffen voor het gene wat eigenlijk jouw gevoel niet meer wenst. Jouw gevoel is er niet meer dus dat is niet meer wat je nodig hebt maar psychisch ben jij jezelf aan het straffen. Het is hetzelfde dat jij nu jouw werkelijke kind, jouw fysieke kind, advies geeft. Welk advies zou jij je kind geven op het moment dat hij met een probleem zou komen van ontevredenheid.

Er valt een stilte.

Isaak: Het kind is ontevreden, heeft een vriendin of vriend waar hij niet tevreden over is. Welk advies zou jij geven?

Ja, precies. Ik zou dan zeggen: "Kappen met die vriendschap".

Isaak: Kappen. Stel dat het kind jouw advies dus volgt en hij kapt en hij komt thuis en hij gaat drie weken zichzelf kastijden op jouw advies, wat zou jij zeggen?

Dat moet je niet doen.

Isaak: Waarom kies je voor zelfkastijding op het moment dat je wist in jouw hart dat jouw vriendschap eigenlijk niet meer vriendjes benoemd hoorde te worden in het woord van vriendschap maar alleen maar als last. Nu heb je de last. Dus wie is nou hier degene die zwak is? Jij. Wil jij zwak zijn of wil je

kracht tonen? Ga dan in je kracht terugkomen en zeg: “Het is fijn. Het is fijn dat ik afscheid van die persoon heb genomen omdat nu kan ik fijn leegte in mijn leven toepassen en leegte brengt ook beweging van invulling. Door leegte komt er weer een nieuwe invulling en iemand anders kan die plek weer innemen”. Dus de gedachte van positiviteit, dat het eigenlijk alleen maar goed is, die gedachte moet men gaan activeren en niet de gedachte dat je misschien verkeerd hebt gehandeld. Als jij met de winkelwagen je boodschappen in je kar neemt, wat doe je?

Je doet boodschappen.

Isaak: Je doet resoluut je boodschappen in de kar. Zou je dat niet resoluut doen dan zou je iedere keer je boodschappen weer uit de kar halen en dan zou je dus een hele dag bezig zijn. Je besluit. Maar stel dat je nu in zelfkastijding over zou gaan en zou twifelen in het gene wat je in je kar hebt gedaan. Is het wel goed of is het niet goed dat ik dit heb gekocht of wil kopen? Zo kan je eigenlijk jezelf bezig houden en je blijft over de kar heen kijken en je kijkt naar je spullen en elke keer zou jij toch in twijfel komen of dat wel of niet goed is. Waarom? Dat is de mens. Als de mens ergens bij stil gaat staan, gaat hij negatief bekijken en nooit positief omdat de mens heeft het fysieke voertuig maar het fysieke voertuig stuurt signalen die negatief zijn omdat de mens is een twijfelaar.

Ik probeer me ook te verplaatsen in de ander.

Isaak: Nooit verplaatsen in een ander omdat als je gaat verplaatsen in de ander ga je over tot scenario's. Omdat je kunt niet het leven en het gevoelsleven van de ander volledig tot je nemen toch? Je kunt je indenken hoe het voelt, indenken. Dat is wel anders. Oh, hij zal zich zo ontzettend in de steek gelaten voelen. Misschien is ie alleen maar blij dat ie je kwijt is. Misschien is de persoon niet zo resoluut geweest om zelf te breken. Waarom neem je die scenario's niet tot je? Ja, als we die scenario's tot ons nemen hebben we geen excuus meer om ons schuldig te voelen.

Kan het zo zijn dat de ander dan ook dat gevoel heeft van: het is klaar die vriendschap?

Isaak: Op het moment dat het bij jou doorkomt van: ik heb daar geen behoefte meer aan, betekent het dat daar een energie is opgebouwd in de loop van de tijd waar dat gevoel is ontstaan. Het betekent dat dit eigenlijk duidelijk op dat moment ontstaan is door de tijd. Op het moment dat de andere persoon met jou verbonden is, krijgt de persoon dezelfde signalen door maar het kan alleen zo zijn dat de persoon deze signalen niet interpreteert zoals jij het interpreteert en gaat dus gewoon blindelings door. Jij geeft een geschenk juist door los te laten en de persoon de vrijheid terug te geven en jezelf natuurlijk ook. Stel dat de persoon zodanig verdrietig is omdat de vriendschap verbroken is, dan is dat verdriet alleen maar tijdelijk onthoud dat goed. Laat de persoon verdrietig zijn en wees gewoon resoluut in het besluit en vasthouden van je besluit. Moet jij afscheid nemen van iemand?

Ik heb een paar vriendinnen waar ik afscheid van wil nemen. Ik heb wel een techniek van verbindingen verbreken, symbolisch op afstand.

Isaak: Je kunt op afstand jezelf ontbinden maar je moet het altijd eerst rechtstreeks zeggen. Maar wees een therapeut en wees privé. Houd die twee uit elkaar. Een voorbeeld: stel dat jij in een ontzettend moeilijk huwelijk zit en je bent een huwelijkstherapeute. Dat betekent dat je op dat moment niet jouw huwelijk mee moet brengen in je werk als huwelijkstherapeute. Dat staat los van elkaar. Dus jij bent een therapeute. Dat is zakelijk. Dat is je werkervaring en je werkinkomen en privé staat er volkomen buiten. Dus bak je er niets van privé? Zorg wel dat je het zakelijk goed voor elkaar krijgt.

Stel dat je een incestslachtoffer bent, kun je dan die ervaringsdeskundigheid gebruiken?

Isaak: Je kunt je eigen gevoelens ten gehore brengen hoe jij het ervaren hebt doordat je incestslachtoffer bent maar je kunt nog steeds niet aanvoelen hoe de andere persoon zich voelt tijdens die ervaring.

Dat klopt. Maar door die ervaring kun je een ander wel beter begrijpen en de ander juist beter stimuleren in de verwerking.

Isaak: Het kan ook negatief werken. Doordat jij die ervaring hebt opgedaan kun jij die ervaring meenemen in het consult en ben je niet meer objectief en zuiver.

Maar positief kan dus ook?

Isaak: Positief kan ook. Jij weet hoe het voelt om gewoon misbruikt te worden. Maar ieder ander voelt het anders. Jij weet hoe het voelt voor jezelf. Dus jij spreekt en je zegt tegen dat kind: “Hé kind, voor mij voelde het zo en zo en zo. Hoe voelde het voor jou?” Doordat jij een spreker bent, gaat de andere persoon ook makkelijker door het gevoel heen en durft het gevoel neer te zetten en een spreker te zijn. Dus vertel over je eigen ervaringen.

Dat probeer ik ook te doen. Het is dus toch wel een goede tactiek als je toch je eigen ervaringen als voorbeeld neerzet zodat er vertrouwen is. Dank u wel.

Isaak: Graag gedaan. Begrijp je hem?

Ja.

Isaak: Als wij gaan kijken naar jouw case privé gezien, zouden we niets anders doen dan ons verheugen met het woord: opgeruimd staat netjes. En waarom zou het zo netjes staan als het opgeruimd is?

Omdat het openingen creëert voor de toekomst.

Isaak: Je ruimt niet op omdat het zo goed is toch? Als jij iets weggooit wat goed is dan zeggen wij: “Kind, kijk een keer”, want het is toch....

Verstikkend.

Isaak: Dus als er iets verstikkend is, dan krijg je toch minder lucht? Dus opgeruimd geeft plek en of de persoon nou lijdt, niet lijdt, boos is, verdrietig of desnoods opstandig naar je toe gaat reageren, schouders opheffen en zeg: “Laat ze maar uitrazen, ik heb opgeruimd”. Je bent nooit verantwoordelijk

voor andermans geluk privé gezien behalve voor je eigen geluk. Zakelijk gezien neem je even de verantwoordelijkheid tot je in die sessie en na die sessie ben je weer vrij van die verantwoordelijkheid. Dus op het moment dat iemand buiten die sessie jou contacteert en steeds maar energie trekt, dan zeg je: “Het is nu vrij uit. Ik ben vrij en het is uit op dit moment deze sessie”. Dat betekent wees duidelijk daarin omdat vele patiënten, zeker in het alternatieve niveau, krijgen er nooit genoeg van. Ze denken dat je 24 uur een therapeute bent omdat je bent een liefdesenergie. Je werkt met liefdesenergie, dus wees maar liefdesenergie 24 uur en ik heb het nodig dan kom ik het toch halen 24 uur. Als een winkel 24 uur open is dan ga ik toch 24 uur naar binnen wanneer het mij uitkomt toch? Dus strepen zetten kinderen. Privé mag je je leven leiden. Zakelijk gezien is er een begin en is er een eind en dat noemen we werkuren en daarna gaat de therapeutische jas op de achtergrond en dan ben je weer privé. En dan ga je zelf maar kijken hoe je je leven plezierig neerzet. Anders trek je het niet op de lange duur. Dit is er ook eentje die jullie even mee kunnen nemen als een denkertje:

Stel dat jullie nu naar een tandarts gaan. Jullie gaan naar een tandarts en jullie hebben een voorgesprek met een tandarts. Het klikt niet zo tussen jou en die tandarts. Nou, dan moet jij een besluit nemen of jij zodanig vertrouwen hebt in zijn vakkundigheid en jezelf in zijn tandartsstoel neerzet. Op het moment dat jij a zegt moet je natuurlijk ook b zeggen omdat je gaat ergens doorheen. Maar als die persoon zijn werk goed doet als tandarts, hoef je hem nooit en te nimmer aardig te vinden toch?

Dat kan wel helpen.

Isaak: Waarom?

Als je een aardige tandarts hebt, ga je toch wat makkelijker in de stoel zitten.

Isaak: Het klikt niet en je hoopt gewoon dat hij vakkundig is. Hij hoeft niet je handje vast te houden en je troostende woorden te geven van: ontspan en zeg: “A”. Nee, hij behoort alleen zijn vak uit te oefenen. Daarom heet hij tandarts. Maar op het moment dat een tandarts eerst een hele reeks van

sessies vooraf met jou moet gaan discussiëren en onder handen moet nemen om jou in die tandartsstoel te krijgen, dan is het geen goede tandarts, dan valt hij onder een therapeut. Therapeutisch probeert hij jou te begeleiden in een feit maar jij als patiënt hoort jezelf te begeleiden in dat feit. Jij hoort jezelf erdoorheen te trekken. Jij moet jezelf sterk maken en volledig de overtuiging bij jezelf gebruiken dat je in goede handen bent. Dat is met jullie ook. Jullie zijn dus niet de patiënten. Jullie zijn dus de vakkundigen en jullie horen niet iemand zodanig te overtuigen dat hij in goede handen is voordat het proces begint van behandeling. Nee, dat is meteen vanaf het moment. Vindt die persoon jou niet aardig omdat je zo direct bent en eigenlijk weinig tijd neemt om hem of haar tot geruststelling te brengen, dan moet die persoon dat feit zelf nog even doormaken.

En als het nou niet klikt?

Isaak: Tussen jou en de patiënt?

Bij psychologen krijg je vaak het advies dat je een ander moet nemen als het niet klikt omdat je anders niet goed zou kunnen werken met elkaar.

Isaak: Het hoort privé misschien te klikken of niet te klikken maar zakelijk ben jij alleen maar vakkundig bezig. Waarom zou jouw vakkundigheid niet goed genoeg zijn om die persoon psychologisch te begeleiden in het proces? Je hoeft niet de rol te nemen van moeder of vader of van een geliefde. Je moet de rol aannemen van psycholoog en werkelijk ook de serieusheid van die rol. Je kan degene opbeuren tijdens het spreken zo vaak je ook wilt maar je moet altijd jezelf niet emotioneel verbinden met die persoon.

Ik denk dat de persoon juist veel beter in staat is om afstand te nemen als er geen klik is. Als je te meegaand bent, dan ga je teveel mee. Als je afstandelijk kunt blijven, ben je veel beter in staat om te sturen.

Isaak: Als je naar een huisarts gaat, is hij/zij niet psychisch bezig maar lichamelijk bezig. Dan ga je ook niet met het idee het moet klikken. Je gaat met het idee dat hij je goed behandelt, dat hij weet wat zijn vak is en dat je

dus de juiste medicatie of doorverwijzingen krijgt. Het is precies hetzelfde, lieve kinderen, psychisch gezien. Jij hebt die rol. Jij bent die rol. En of je nou buiten die rol in leren broeken rondloopt of in korte rokjes en jezelf niet gedraagt in het menselijke oog, dat is ons om het even. Die rol is belangrijk. Dus stel dat je die patiënt nu tegenkomt in de kroeg en je hebt je leren of wijde broek aan dan moet je nog steeds jezelf niet uit die rol halen en zeggen van: “Ik ben nu je therapeute. Excuseer voor mijn kledinggedrag en laten we eventjes nu weer verder gaan met de sessie”. Nee, het is gewoon desnoods een groet en jouw rol lijdt er niet onder.

Toch zeg ik bij een nieuwe cliënt wel dat ze zelf even moeten kijken of het wel klikt en als ze commentaar hebben dat we daarover kunnen praten. In de praktijk komt het weinig voor dat ze commentaar hebben of dat het niet klikt.

Isaak: Hoef je niet te zeggen. Je kan eigenlijk alleen maar in die rol gaan zitten van therapeut vanaf het moment van ontmoeting en zeggen: “Ben je bereidwillig - zoals we vorige keer hebben gesproken - om te genezen? Ik ben bereidwillig om mijn kennis naar jou te brengen en jij bent bereidwillig om huiswerk te doen. Dan komen we er wel”. Maar ga nou niet iemand de vrije wil geven in het proces om erover na te denken in het proces ga ik wel klikken of ga ik niet klikken.

Het gebeurt ook wel eens dat ze bij mij komen omdat het bij iemand anders niet bevalen was. Dus het kan wel dat het persoonlijk niet zo aanslaat.

Isaak: Het kan maar dat hoeft je niet te bespreken. Op het moment dat je hen gewoon aanneemt als patiënt dan beginnen we met het traject. Anders kan het zijn dat het na de vijfde sessie, zesde sessie of tiende sessie minder klikt. Dus de persoon is misschien niet meteen na de eerste sessie weggegaan van: het klikt niet maar na de tiende sessie klikt het niet en waarom? Omdat blijkbaar de therapeute hen niet heeft gegeven wat hun verwachtingen waren. Dan moet je gaan kijken: wat zouden wij kunnen doen? Hoe actief is de patiënt zelf geweest? Hij kan dit ook als een smoes gaan gebruiken van het klikt niet en bij jou even hard na zoveel sessies weer weggaan en zeggen van:

“Klikte niet”. Omdat ze niet naar zichzelf willen kijken omdat ze geen klik hebben met zichzelf.

Er zijn ook mensen die bij heel veel therapeuten weglopen.

Isaak: Ze vinden het heerlijk om te wisselen omdat op dat moment krijgen ze aandacht. Ze beginnen weer opnieuw in het proces en tien jaar later zijn ze nog steeds patiënt.

Ik kreeg van de week het vernijt van een patiënt over een andere therapeut en toen zei ik haar ook van: “Ja, als je niet gemotiveerd bent om wat te doen dan houdt het voor mij ook op”. Ik heb ook wel in diverse gesprekken door laten schemeren dat ze hier niet voor mij zit maar voor zichzelf en dat ze het zelf moet veranderen omdat ik het niet voor haar kan doen en haar moeder ook niet. Ik heb dit ook wel met haar ouders besproken. Toch heb ik daar wel een beetje moeite mee dat ik denk ja dit komt wel hard aan. Ze heeft er geen zin in dus ja dan houdt het gewoon op hè.

Isaak: Wij krijgen ontzettend veel mensen in onze praktijk en wij zijn zoals jullie weten tweevoudig. Ons instrument, een spring in het veld, een tikje asociaal zichzelf in momenten van momenten. Dus welk moment tref je aan? Dat is een verrassing. Mijn krachten, zolang mijn naam Isaak is, blijven hetzelfde. Mijn wijsheid heb ik in eeuwen tijd vergaard dus mijn kennis bezit ik diep. Mijn kennis breng ik naar het gene wat jullie weten een instrument heet. Dat staat los van elkaar. Dus kom je ons instrument tegen in een soort vakantieoord dan wil ik mij daarbuiten houden.

Er wordt gelachen om Isaak.

Isaak: Onschuld bezit ik, mijn handen staan werkelijk onschuldig vol overgave. Wat jullie zien is niet wat ik ben. Wat jullie zien is het gene wat ik ben tijdens mijn werkzaamheden zoals jullie dat nu tot jullie nemen, dat is Isaak. Het verschil kunnen jullie trekken door de wijsheid die men brengt. Zolang ons instrument mijn naam niet noemt, is het haar kennis. Ook zij heeft een evolutieproces gehad van jaren psychologisch gezien, mentaal gezien, fysiek gezien, dat er genoeg kennis in haar onderbewustzijn heerst die

bewust wordt op het moment dat ze bewustwording krijgt en ze uit en dat hoort in de wereld van de naam instrument, maar haar naam mogen we nu niet benoemen. In de wereld die wij hebben samen dat zijn wij. Dus stel dat jij in de praktijk komt, tref je ons aan. Stel dat je privé met ons instrument omgaat, tref je haar aan. Raak niet in de war. Stel dat zij in het proces zit van associaties opdoen, is dat proces natuurlijk nodig om weer kennis op te doen om te kunnen associëren en te werken. Laat het proces dan zichzelf voltooien en weet wie ik ben en dat kun je alleen maar weten door ons te onderzoeken en door ons te benaderen en natuurlijk het gene wat jullie op schrift tot jullie kunnen nemen. Waarom spreken we dit? Omdat vele mensen kunnen psychologisch het niet klaarspelen in hun hoofden van: hoe kan een instrument een instrument zijn met een meester in die gradatie van meesterschap – dank je wel – en zelf een normaal mens zijn met heel veel, in jullie ogen, misschien minder pluspunten en meer minpunten. Dat komt omdat jullie oog kijkt met een kader van anders zijn dan jullie. Ons oog is een kader van: het is nodig dat ons instrument de ervaringen opdoet die ze opdoet om dus jullie te kunnen begrijpen. Omdat menselijk gezien wordt zij geprikkeld door jullie. Geestelijk gezien kunnen we die prikkeling weer activeren en dan kunnen wij spreken. Moeilijk hè?

Ja.

Isaak: Dus de psychische zin van ons instrument moet sterk zijn om al die levenservaringen op te doen. Menselijk gezien kan het zijn dat ze minder sterk is dan psychisch. Dat betekent haar menselijkheid, de fysieke menselijke behoeftes, de pijnen die menselijk zijn en de angsten die menselijk zijn kunnen minder sterk zijn dan het psychische. Maar omdat wij het psychische zodanig sterk hebben gebouwd vanaf nature of van geboorte kan ze al deze associaties en ook al deze pijnen dragen. Dus als jullie ooit een boek tot jullie gaan nemen, dat in de maak is en hopelijk gauw tot uitkomst komt voor jullie, kijk niet op van wat jullie lezen. Omdat wat jullie lezen in dat boek is een boek dat ons instrument voor jullie heeft beleefd. Wij hebben alleen maar gezorgd voor de goeie acteurs. Dus de heer die Wybe heet, is dus een heel goeie leermeester of acteur omdat jullie leven allemaal een soort sprookjesfilm is die jullie zelf eigenlijk neerzetten. Dus jullie hebben rollen.

Een acteur is iemand die een rol aanneemt, waar of niet? Hij heeft die rol genomen die wij aan ons instrument hebben gegeven om dus die ervaringen mee te kunnen maken samen. Menselijk dacht men eerst maar het heeft een psychische ondergrond van kennis. Dat jullie kennis horen te krijgen dat er absoluut een normaliteit is om verliefd te worden op een verkeerde. Desnoods noemen jullie dat verkeerd maar niet verkeerd is. Maar als je het boek leest, zul je vaak denken van: oooh. Weet de ervaringen van impulsiviteit en alleen maar meemaken wat het hart nodig had in behoeftes volkomen door te maken, dus alle expressiviteit en al die ervaringen volkomen tot beleving te laten komen. Ze heeft daardoor kennis verkregen en te voelen wat wel goed is en wat niet goed is. Hoe het voelt in pijn, hoe het niet voelt in pijn. Is het wel nodig om dat mee te nemen naar de toekomst of kunnen we dat doorbreken? Dus dat noemen we lessen. Dus je gaat door ervaringen op ervaringen en lessen op ervaringen. Doordat je dat eigenlijk hebt ervaren, weet je welke les je eruit haalt en nou in dit verband heeft het mee te maken dat zij zich laat zien als mens maar ook als je doorleest door de woorden heen, zij zich laat zien als meester. Volkomen als meester zelf heeft zij het boek aan jullie verteld. Mijn meesterschap heb ik niet erin gegooid. Ik heb toegestaan en toegekeken en ik heb juist toegelaten. Ik heb juist gemotiveerd om door te zetten puur omdat het eigenlijk tot een bepaald einde moest komen. Oordeel nooit vooraf maar achteraf.

Dus lieve mensen, elk van jullie die nu deze woorden horen of lezen in schrift, kijk naar je relatie. Als de liefde goed is, of het nou je vader, je moeder, je vriend of wie dan ook is maar de omstandigheden zijn slecht, kijk naar je behoeftes. Heb je behoefte om daarvoor te vechten dan moeten er twee voor zijn of drie, vier, vijf, degenen die hierin bemoeid zijn geraakt. Is de liefde goed maar de omstandigheden zijn niet goed, maak de omstandigheden goed maar je hoort het zelf te doen en dan kun je tot een goed einde komen. Ga je door dieptepunten heen, voel dan hoe het jou raakt. Raakt het je zodanig diep dat je overgaat tot volkomen vernietiging van jezelf en alleen maar schreeuwend in pijn achterblijvend ga dan vechten voor. Ga niet teveel in je hoofd en zeg: "Het is maar aan mij gegeven, ik kan er niets aan doen". Nee, maak de omstandigheden goed maar altijd aanvoelen: vechten we allebei of ben ik de enige die hier vecht om de

omstandigheden goed te maken. Ben je de enige die vecht dan komt het nooit goed omdat jullie zijn twee. Dus jullie psychische mensen hier in deze ruimte, jullie vechten voor het geluk van anderen ja, maar jullie moeten duidelijke taal spreken. Ben jij bereidwillig om de liefde voor jezelf zodanig sterk te maken en jouw omstandigheden goed te maken, gaan we samen door dit traject. Moet ik alleen door dit traject dan verwijs ik je door naar iemand anders en dan mag die kijken of ie graag alleen dit traject ingaat. Marian, wat heb je daaraan toe te voegen?

Ik heb wel een vraag maar dat is meer inhoudelijk. Veel mensen, ook jongeren, zijn vaak eenzaam tegenwoordig. Wat doet eenzaamheid psychologisch met iemand?

Isaak: Eenzaamheid vernietigt. Als je eenzaam bent, dan vernietigt jij jezelf omdat je dus eenzaam sterft. Je vernietigt jezelf. Innerlijk sterf jij stukje bij stukje. Je hebt niets om voor te leven dus je vernietigt ook de maatschappij. Je bent vereenzaamd door de maatschappij. Je bent eenzaam in je maatschappelijke positie en eigenlijk is je leven nutteloos. Maar nu als therapeuten, hoe doorbreek je zo'n eenzaamheid bij iemand?

Door iemand te activeren misschien?

Isaak: Heel goed en welke activering ga jij geven?

Meditatie?

Isaak: Niet alles is op te lossen via meditatie. Als iemand eenzaam is mediteert ie de hele dag al.

Juist door activiteiten te ondernemen.

Isaak: Een plan trekken, plan van aanpak. Het woord eenzaamheid is dus een feit. Dat betekent je voelt je eenzaam. Moet je kijken: is ie sociaal betrokken met de maatschappij? Als het ja is dan is hij nog steeds eenzaam maar hij is sociaal betrokken. Dan ga je kijken hoe komt het dat je sociaal betrokken bent? Dus je hebt werk, je hebt vrienden, je bezoekt mensen, je hebt familie

of je hebt een partner maar toch ben je nog steeds eenzaam. Hoe doorbreek je dat?

Je hebt het heel vaak dat ze uiterlijk gezien gelukkig lijken maar innerlijk zijn ze eenzaam.

Isaak: Precies.

Omdat ze het misschien ook zelf niet toelaten dat iemand een stap naar hen toe doet.

Isaak: Dan ga je dus tegen de patiënt eigenlijk een bepaald scenario geven, je gaat hem een visualisatie geven zoals jij het gaat benoemen, dan zeg je tegen de patiënt: “Jij ontmoet je partner, je ontmoet je familie, je ontmoet je werk, je ontmoet de maatschappij elke dag, waar of niet, hoe open jij je hart naar de maatschappij?” Dan moet de persoon een antwoord geven zoals: “Ik doe niet mee”. Dan zeg jij: “Je bent er wel maar je bent er dus niet”. Waarom ben je er niet? Dat is een keuze. Jij kiest om er niet te zijn. Dan vraag je de patiënt: wil je die keuze herstellen of wil je in die keuze blijven? Zijn we al meteen bij het doel hè. Op het moment dat de patiënt zegt: “Ik wil veranderen omdat, maar”. Dan komt ie weer, maar doen we niet aan. Dan zeg jij: “Als jij die maar blijft houden dan wil jij niet veranderen dus waarom kom je hier, waarom kom je in eerste instantie hulp zoeken bij mij als jij eigenlijk al in eerste instantie hebt besloten om dus dat stukje vast te houden?”

Omdat het moeilijk is.

Isaak: Dan zeg je: “Wat is moeilijk? Is het moeilijk om dus ja te zeggen of is het makkelijker om dus nee te zeggen?”

Het is moeilijker om te veranderen ook al wil je wel.

Isaak: Het is moeilijker om jezelf te overtuigen dat je kunt veranderen dan niet te overtuigen, dat je niet kunt veranderen. Dat is het probleem lieve vrouw. Omdat je overtuigt jezelf dat het moeilijk is. Het is hetzelfde dat je

jezelf overtuigt dat je nu niet op je benen kan staan en als je die overtuigingen keer op keer neerzet dan is het zelfhypnose. Je programmeert jezelf en je hoort je dit programmeren en weer opnieuw te gaan programmeren. Dus vele kinderen hebben psychische problemen die ze zelf hebben geprogrammeerd in hen zelf maar waar geen reden toe is of eigenlijk geen reden toe komt. Dat is een keuze. Jullie moeten direct naar de kern toegaan en niet zoals men vaker zegt net zoals een sinaasappel pellen we eerst of een ei.

Wat er dan dicht bij in de buurt komt, is iemand die zijn hart open moet maken. Die komt dan bij de weerstand en dan kom je bij de angst en die creëren dan allerlei gedachten, dan wordt het dus een soort obsessieve gedachte en dat kan dan ook weer gecombineerd worden met dwangmatige handelingen. Dat vind ik wel interessant.

Isaak: Ja, maar bij dwangmatige handelingen moet je kijken: is die persoon werkelijk ziek of maakt die persoon zich ziek? Is ie ziek, dan valt ie in de categorie medisch. Betekent dat er medicijnen moeten komen.

Hoe weet je dat?

Daar zijn bepaalde protocollen voor. Je begint met een bepaalde behandeling en als het niet opschiet dan kun je daar medicijnen aan toevoegen, tenminste zo heb ik het geleerd.

Isaak: Als je dwangmatig bent, moet je gewoon gaan kijken: is die persoon ziek? Nou, daar heb je zoals deze schone vrouw zegt eigenlijk weer methodes voor. Zodat je erachter gaat komen omdat jullie niet door iemand heen kunnen kijken zoals wij dat doen want wij weten het meteen. Maar ja, jullie kunnen niet vragen aan die persoon: “Ben je ziek of niet?” Hij zegt: “Ja, ik ben ziek anders kom ik hier niet”. Maar je moet weten: mankeert die persoon een bepaalde stof? Als je ziek bent, dan mankeer je een psychische stof. Je kunt ook wel gaan kijken in de familiegeschiedenis omdat vaak is het zo dat het erfelijk is. Dus daar heb je eigenlijk alleen een voorsprong mee maar ga er niet meteen vanuit dat het erfelijk is. Je kunt eigenlijk een stukje handleiding gebruiken van: hoe zit het thuis? Hoe was het thuis? Hoe stabiel waren je vader en moeder? Hoe harmonieus was het thuis? Als je uit een harmonieus

gezin komt, sta je krachtiger dan dat je niet uit een harmonieus gezin komt omdat het in die tijd een stukje overleving is geweest en er kan dus een deprogrammatie zijn ontstaan dat je ziek bent geworden. Maar terugkomend naar het feit van die vraagstelling. Dus stel dat iemand zegt: “Ja ik kies om daarvoor open te staan”, nou, dan ga je dus eigenlijk een traject in dat je iemand gaat steunen om dus juist de confrontaties aan te gaan waar hij of zij bang voor is. Dat is dus de werkelijke opdracht. Dus ga nou niet alleen maar je handen vrij maken en zeg van: “Praat maar even tegen me en dan kijken we wat we voor je kunnen doen.” Dus een luisterend oor. Wees geen luisterend oor alleen maar, wees een handelend persoon. Je handelt impulsief en je geeft opdrachten.

Dus je gaat naar de angst.

Isaak: Je gaat naar.....

Exposure heet dat in de psychologische term.

Isaak: Dus kind, ben je bang voor slangen, nou, ga even kijken ben je ooit gebeten? Nee. Heb je een associatie opgebouwd? Blijkbaar wel anders ben je niet bang. Wil je van die associatie af of wil je gewoon bang blijven? Op het moment dat ie zegt: “Ik wil er vanaf” dan zeg je: “Dan gaan we eventjes aan de slag”.

In hoeverre geldt dat dan voor mensen die schizofreen of psychotisch zijn? Als die willen veranderen, is daar dan een mogelijkheid voor?

Isaak: Ja, medicatie in eerste instantie. Ten eerste is het een vereiste, je slikt je medicatie en je slaat er geen enkel over en je komt hier voor therapie en we gaan zorgen dat je een welvarend bestaan krijgt. Dus die stemmen die er misschien nog ondergedrukt zijn die gaan we dus eigenlijk

Uitschakelen.

Isaak: Ja, naar de achtergrond brengen. Elk van jullie heeft wel eens last van schizofrenie maar de ene heeft het frequenter dan de ander.

Als je spirituele theorieboeken leest, kun je lezen dat ieder mens verantwoordelijk is voor zijn eigen stemming. Alles is een keuze ook depressie. Maar als je een bepaalde ziekte hebt en je haalt een bepaald stofje weg door medicatie, in hoeverre kun je dat dan volhouden?

Isaak: Medicatie doet wonderen. Als jij hoofdpijn hebt, dat is een aanleg een fysieke aanleg, en jij neemt gewoon aspirientjes dan onderdruk je die hoofdpijn maar je hebt nog steeds hoofdpijn, maar dan heb jij een normaal leefbaar leven en dat moet je gewoon blijven slikken. Het is niet zo moeilijk maar de mens moet niet in excuus over gaan, ik ben schizofreen of ik ben psychotisch dus ik hoef nu alleen maar over te gaan tot dat excuus en ik maak er niets van.

Dat is hun eigen keuze. Kunnen ze die keuze zelf maken?

Isaak: Alleen maar als zij voor rede vatbaar zijn. Dus ze moeten niet in een manische periode zitten. Het is hetzelfde wanneer je iemand manisch depressief hebt en je hebt iemand in een manische periode dan kun je beter je energie voor jezelf houden omdat die is absoluut niet toereikend op dat moment voor jouw werk. Dus je reikt nergens toe. Je komt nergens en zij hebben een bepaald beeld. Het is net alsof je met een dronkaard eigenlijk in therapie wilt gaan, dat wordt hem niet hoor.

Hoe komt dat nou? Ik heb ook iemand gehad die een dronkaard is. Met veel goede moed heb ik geprobeerd hem in de maatschappij te laten functioneren en uiteindelijk heb ik het dan ook maar weer opgegeven.

Isaak: Ja, als een dronkaard werkelijk onder sterke invloed staat en dan heb ik het over.....

Isaak begint te lallen.

Isaak: Kun je die dronkaard tot realiteit brengen dan?

Absoluut niet.

Isaak: Hoe wil je hem dan eigenlijk de maatschappij in gaan zetten als hij niet in de realiteit leeft? Dus moet een dronkaard afkicken van zijn dronkenschap. Dat betekent dat hij gewoon zijn hoofd weer erbij kan hebben en dan kan hij weer functioneren. Dan moet hij natuurlijk weer uit het dal gaan klimmen omdat iemand die dus een dronkaard is, leeft in een eigen werkelijkheid en die werkelijkheid is werkelijk voor hem maar niet werkelijk voor de maatschappij. Op het moment dat ie dus niet meer een dronkaard is maar een normaal iemand dan komt ie in de werkelijkheid van de maatschappij en dan zal ie zichzelf toch wel even goed tegenkomen. Die heeft dan natuurlijk speciale begeleiding nodig om het allemaal weer in de werkelijkheid goed neer te kunnen zetten in de dag. Die heeft dus werkelijk elke dag begeleiding nodig omdat die komt weer terug uit het dal. Het is net als iemand die jaren opgesloten is geweest in een bepaalde inrichting en die komt weer de maatschappij in, dan moet je niet alleen maar de deur open doen en zeggen: "Ga de maatschappij in", de maatschappij komt dan eigenlijk op hem af in alle heftigheid van dien. Die heeft dus werkelijk elke dag in het begin van de tijd speciale begeleiding nodig om het dus allemaal weer aan te kunnen al is het maar simpel boodschappen doen.

Ik kom in de praktijk ook regelmatig tegen dat mensen bepaalde patronen hebben in hun gedrag wat al van jongs af aan is ontstaan, bijvoorbeeld dat ze zich slachtoffer voelen, dat ze confrontaties niet durven aan te gaan of het gevoel van: ik doe het toch niet goed of mensen vinden me toch niets. In een soort visualisatie kun je ze dan de kindertijd opnieuw laten beleven. Zou dat ook uw advies zijn om het zo te proberen?

Isaak: Visualisatie, deprogrammeren en programmeren zijn we natuurlijk ook wel voor en dat doen wij zelf ook tijdens een bepaalde sessie dat we mensen terugbrengen naar hun gevoelsleven, dat is goed. De therapiemethodes die kunnen zo ontzettend verschillend zijn dat komt allemaal op hetzelfde neer, het heeft met het woord te maken: wil graag genezen. Of je nou geneest via die weg of via die weg het gaat er om waar heb jij jezelf in gespecialiseerd?

Wat is jouw talent? En ga ik dat talent natuurlijk brengen naar de patiënt. Maar omdat wij niet twijfelen aan de talenten van onze cursisten maar wij twijfelen aan de motivatie van de patiënt. Daar twijfelen wij over. Heel vaak gaat een patiënt naar een therapeute omdat het hem opgelegd wordt. Stel dat zijn vrouw of man of desnoods een werkgever zegt: “Jij moet daar naartoe anders ga ik van je scheiden” of een relatietherapie of noem maar op. Ja, dan is de persoon misschien alleen maar zijn tijd aan het uitzingen, even kijken tot weer de klok staat van: we kunnen weer weggaan, dan heeft het absoluut geen zin. Ze nemen het niet aan van jullie en dan werpt het eigenlijk ook geen vruchten.

Stel dat de patiënt wel gemotiveerd is en je zou zo'n oefening doen, moet je dat dan vaker herhalen?

Isaak: Je moet kijken op het moment dat ie uit de oefening komt of het werkelijk gewerkt heeft. Dan moet je dus de vraagstelling vragen van: hoe voel je je nu? Ben je nu van die instelling af? Hoe kijk je nu wel naar dat stukje? Ben je nu wel werkelijk bereidwillig om dat stukje vast te houden of ga je weer terug naar het verleden, of zorg je dat je nu in het heden gaat zitten en dit mee gaat nemen naar de toekomst omdat het blijft altijd nog een herinnering. Dus die herinnering kun je niet wegwissen. Je kunt wel iemand een nieuw gevoel geven. Het is hetzelfde - is ook een goed voorbeeld voor jullie - dat je dus eigenlijk nu op je wang geslagen wordt. Op het moment dat je heftige slaag op je wang hebt gekregen dan heb je dus een associatie opgebouwd van wegduiken. Stel dat iemand alleen zijn hand optilt, wat doe je?

Wegduiken.

Isaak: Maar op het moment dat je dat hebt gedeprogrammeerd weet je nog steeds dat je dus op je wang bent geslagen maar de lading is weg en jij vergeet om weg te duiken.

Dat hopen we te bereiken hè.

Isaak: Ja, je bouwt energieën op en energieën moet je opnieuw op gaan bouwen maar dan positief. Dit is ontzettend zwaar werk hoor voor jullie therapeuten. Omdat betekent dat jullie steeds moeten gaan kijken: welke energieën moeten nu afgebouwd worden en welke energieën moeten we nu weer neer gaan zetten? Hebben jullie een case?

Mijn man komt uit een gezin van vier zonen waarbij de vader vroeger bij een distillerij werkte en er elk weekend altijd heel makkelijk drank voorradig was. Ook in de tijd dat het overal schaars was. De eerste keer dat ik daar was zeiden ze: "Zullen we morgen om 13.00 uur een borrel pakken?" Daar schrok ik van omdat dat was bij mij thuis nooit. De vader is overleden aan slokdarmkanker, de oudste broer drinkt normaal, de tweede broer is overleden aan alcoholvergiftiging en legionella en een paar jaar geleden zei mijn man dat zijn derde broer net zo zou worden als zijn tweelingbroer maar tegen die tijd zijn we tien jaar verder. Hij is gemiddeld drie weekenden van de maand de helft van de tijd gewoon zijn tijd kwijt. Hij weet niet meer waar hij mee bezig is. Vier dagen van de week werkt hij gewoon en is hij een brave vader. Nu staat zijn huwelijk op springen en het enige wat zijn vrouw wil, is dat hij meegaat naar de huisarts om in te zien dat het voor haar zo niet langer meer kan. Nu hoor ik u net zeggen dat ze als ze meegaan alleen hun tijd uit zitten bij een relatietherapeut en het is klaar. Nu is mijn vraag aan hem: wat heb je te verliezen als je met haar meegaat naar de huisarts? Hoe krijg ik hem zover dat hij haar die kans geeft? De huisarts is toevallig een gescheiden man die hetzelfde heeft meegemaakt omdat hij getrouwd was met een dronken vrouw. Hoe krijg je iemand zover? Zijn gezin gaat eraan kapot. Zijn dochters zijn al bijna uit huis en ze blijven nu bij elkaar tot de dochters uit huis zijn en dan is het weg. Hoe kun je iemand die doordeweeks gewoon een normale man is maar in het weekend niet, doen inzien hoe hij er zelf aan toe is?

Isaak: Dus doordeweeks drinkt hij niet?

Wat zegt u?

Isaak: Doordeweeks drinkt hij niet?

Zeg maar van vrijdagmiddag tot zondag.

Isaak: Doordeweeks drinkt hij niet?

Nee.

Isaak: Dat betekent dat hij gewoon, op zich, zonder drank kan.

Ja.

Isaak: Want anders als je een alcoholist bent dan drink je de hele dag door omdat je lichaam heeft ontwenningverschijnselen en wil dus die drank. Dus dat betekent dat deze heer werkelijk zonder drank kan. Dat betekent dat hij weet zijn verantwoordelijkheden nog steeds zodanig neer te zetten in zijn werkfunctie omdat anders zou ie dronken naar zijn werk gaan. Dat betekent dat hij zijn verantwoordelijkheid niet draagt naar zijn gezin. Op het moment dat de vrije klok is geslagen en hij denkt: ik heb nu mijn werk verricht en de fles is mijn beste vriend en mijn gezin niet dan mag de vrouw heel goed gaan kijken naar die relatie. Dat betekent dat de vrouw in een huwelijk zit dat geen huwelijk meer is. Ze zit er alleen in. De vraag aan de man zou gesteld moeten worden: wil jij een echtgenoot zijn of een vader of wil jij een ex van mij zijn? Wil hij niet naar de huisarts omdat daar komt hij geen stap mee verder. Hij heeft toch geen probleem, hij functioneert toch gewoon maar hij is een gezelschapsdrinker zogenaamd. Ik heb het gewoon gezellig met mijn fles. Ik heb het niet gezellig met mijn gezin. Dus die vrouw die moet deze persoon werkelijk tot realiteit brengen en hem niet gaan dwingen om naar de dokter te gaan maar hem gaan dwingen om een echtgenoot te zijn en ook een vader te zijn en als hij nu een aantal borreltjes door de weeks drinkt of in het weekend drinkt en hij functioneert gewoon normaal is er niets aan de hand. Die veroordeling kun je loslaten omdat er zijn andere mensen die hebben andere genotsmiddelen om zich wat lekkerder te voelen. Veel van jullie vrouwen snoepen graag. Een genotsmiddel, chocola zit ook een drug in of roken dat is ook een drug maar je moet kunnen functioneren maatschappelijk gezien. Heel veel mensen gebruiken antidepressiva, is ook een drug. Zolang je functioneert, daar gaat het om, waar of niet, goed functioneert met je verantwoordelijkheden.

Dat is zijn excuus ook. Hij zegt ook: "Het gaat toch goed".

Isaak: Het gaat goed door de weeks maar het gaat niet goed in het weekend. Dus dat betekent dat de vrouw tegen hem moet zeggen: “Als jij nu niet gaat veranderen in jouw gedrag hier in dit huis dan gaan we over tot echtscheiding”.

Dan zegt hij: “Dat is goed dan ga je toch weg”.

Isaak: Nou, dat zegt toch genoeg?

Zij zegt: “Ik wil gewoon blijven met de kinderen”. Ze zijn nu 19 en 22 en de jongste heeft vorig jaar lymfeklierkanker gehad en kreeg toen een beenmergtransplantatie en heeft het overleefd. Hij heeft zelf bijna een hartaanval gehad tien jaar geleden en hij zegt dan: “Nou ik sport niet, ik rook, ik drink en er gebeurt me niets”. Het is dan ook echt zo van nou mij gebeurt niets.

Is dat dan een verwerking van zijn verleden?

Nee, hij is gewoon zo opgevoed en emotioneel is hij gewoon niet te bereiken.

Dan moet die vrouw zelf zeggen van: “Ik pik dat niet meer”.

Ja, dat wil ze wel maar dan zegt hij: “Dan ga je toch” en dan moet zij weg.

Dan moet ze weggaan.

Hij zegt dan: “Dan ga jij maar weg”.

Isaak: Maar lieve schone vrouw, het is zo duidelijk als duidelijk maar kan zijn. Het is geen relatie meer, houden van is er niet meer maar de materiële schade ja, die beïnvloedt ons. Dus de materiële schade: gaan we over het huis hebben, over de kinderen en dan krijgen we de maar weer. De optie huisarts en genezing slaan we nu al pertinent over, gebeurt niet. Blijkbaar is hij zodanig ontkennend en gevoelloos dat jij deze boodschap aan deze schone vrouw mee mag geven van: geef hem dus eigenlijk op zijn flikker.

Ik ben ook de enige die dat kan ja, omdat de anderen zeggen: “Hij krijgt geen druppel meer” maar twee weken later zetten ze gewoon weer een glas neer. Dan ben je gewoon stom als je daaraan meewerkt.

Isaak: Laat hem drinken. Als hij een genotdrinker is en hij vindt het heerlijk om te drinken, laat hem drinken maar zorg dat je gaat scheiden. Jij bent niet verantwoordelijk voor een volwassen iemand op het moment dat iemand graag die fles naast zich heeft en die drinkt graag en hij heeft dus die behoefte om te drinken, ben jij niet de verantwoordelijke om te zeggen: “Die fles is nu de mijne”. Je bent verantwoordelijk om te zeggen “Of jij gaat of die fles” klaar of niet. Op het moment dat jij geen genoeg neemt, moet je dus eigenlijk voor jezelf kiezen en op het moment dat hij van je houdt gooit hij zelf die fles wel achterwege of zoekt ie een andere weg daarin dat hij drinkt in mate zoals men dat hoort te doen zonder dat je zodanig beïnvloed bent dat je niet meer functioneert in de realiteit. Maar ja, blijkbaar heeft deze vrouw die wij nu zijn echtgenote noemen eigenlijk die lessen niet ontvangen dat zij gewoon voor zichzelf moet kiezen. Dat is ons antwoord. Het zit in de lijn van de familie van je echtgenoot zei je?

Het enige vervelende is als mijn echtgenoot teveel met hem optrekt, gaat hij gezellig meedoen. Ik heb 23 jaar geleden gezegd op mijn trouwdag als je ooit zo wordt als jouw broer dan ga ik scheiden. Dat doe ik ook echt, dat is ook de reden waarom hij nooit zo ver gezakt is. Ik denk dat zijn vrouw dat nooit zo heeft gezegd. Ik meen het ook echt en zou dan ook echt van hem gaan scheiden.

Isaak: Wat drinken ze?

Wat zegt u?

Isaak: Wat voor spul drinken ze?

Als ie een goed weekend heeft, dan is het niet zoveel. Hij stapt rustig met zes of met acht glazen achter het stuur.

Isaak: Kleine glaasjes neem ik aan? Kleine glaasjes of grote glazen?

Nee, twee vingers. Dat is zo'n glas gevuld met cola en één derde drank. Dan zeg ik: "Dit is niet normaal" en dan zeggen ze: "Nee, jij vindt het niet normaal" dan zeg ik: "Nee, dat vindt 90% van Nederland niet normaal". 90% van de mensen drinken één wijntje bij het eten. Mijn man drinkt ook één wijntje bij het eten en ook een wijntje in het weekend. Als zijn broer niet in de buurt is, heb ik nergens last van.

Isaak: Dat komt omdat jij pertinent op je strepen staat en eigenlijk jouw heer opvoedt als jouw kind.

Nou ja, ik wil geen man die zo ver zinkt.

Isaak: Precies, dus

Nou ja, ik vind het niet normaal dat een meisje van negen aan mij vraagt: "Tante Madeleine is het normaal dat vaders in het weekend altijd dronken zijn?" Toen zei ik haar: "Nee, dat is niet normaal". Het is niet normaal dat kinderen over hun vader heen moeten stappen die dronken in de hal op de grond ligt om in hun slaapkamer te komen.

Isaak: Dat is zeker niet normaal. Maar we hebben het over opvoeden. Jij hebt het aangegeven aan jouw echtgenoot en hij weet dus die informatie. Betekent die informatie is bij hem gegrift, dat betekent dat je ook los kan laten de controle daarover.

Dat doe ik ook.

Isaak: Het moment dat je de controle wilt houden dan ben je bang dat iemand eigenlijk die informatie naar de achtergrond gooit en dus over jouw strepen heengaait en dat jij jezelf eigenlijk aan je woord moet houden en tot echtscheiding over moet gaan. Opvoeding betekent eigenlijk: ik heb jou wat gegeven, dat is dus een opvoeding, mijn info heb ik jou gegeven, dus ik heb je daarin een stukje opvoeding in gegeven. Loslaten is heel belangrijk en dan kun je zien hoe sterk iemand is om wat ermee te doen. Steeds blijven opvoeden is natuurlijk een frustratie. Het is hetzelfde dat je tegen een kind zegt: "Niet aankomen, niet aankomen, niet aankomen", je hebt het tien keer gezegd, het kind weet al dat ie er niet aan moet komen maar omdat je dan

bang bent dat een kind zichzelf leed aandoet, blijf je herhalen: niet aankomen, niet aankomen, niet aankomen. Heel frustrerend.

Waarom het nu escaleerde was omdat mijn schoonzusje twee weken geleden heeft gezegd: "Als er nu niets verandert, ga ik scheiden. En naar mij luistert hij niet. Dus kunnen jullie met hem praten".

Isaak: Hij gaat niet luisteren.

Hij gaat ook niet luisteren want hij vindt niet dat ie een probleem heeft.

Isaak: Zeg gewoon nou tegen haar dat ze gewoon op zoek moet gaan naar een advocaat.

Ja, ik denk dat dit het beste is.

Isaak: Het is het beste voor elke partij in dat huwelijk.

Ze gaat toch niet weg. Dat doet ze al dertig jaar niet.

Isaak: Het is geen aardige man omdat als hij aardig zou zijn, zou hij invoelen wat voor schade hij heeft verricht. Maar als je niet invoelt....

Hij kan heel aardig zijn. Zij kent hem heel goed.

Isaak: Ja, maar toch is hij niet aardig in deze situatie. Anders zou hij allang hebben ingevoeld wat voor schade hij heeft verricht.

Hij is ook heel gemeen voor zijn vrouw. Als de visite weg is na een verjaardag dan krijgt zij dingen naar haar hoofd geslingerd die nergens op slaan. Dan denk ik: dat hoor je toch niet te pikken.

Isaak: Dat zeg ik je toch.

Dan is ie toch niet aardig.

Nee, maar dat doet ie nooit waar anderen bij zijn.

Isaak: We hebben het over het huwelijk lieve schone vrouw. Is het niet een aardige man. Het huwelijk is gewoon geven en nemen en als je in een huwelijk alleen maar de nemer bent en je geeft niets terug dan is het geen aardige man. Zeg dat maar tegen die schone vrouw.

Ik ga het zeggen, dank je wel Isaak.

Isaak: Graag gedaan.

Is het dan zo dat mensen die alcohol drinken gewoon niet willen voelen?

Isaak: Maar kind, je hebt meerdere gradaties met alcohol drinken. Je moet eigenlijk kijken naar het gevoel dat je krijgt bij het alcohol drinken. Er zijn mensen die drinken, dat zijn verdrietdrinkers, die hebben ellende of verdrietsituatie, die pakken de fles en ze drinken. En er zijn mensen die zijn verdrieteters, die gaan de hele koelkast leeg vreten en daarna gaan ze desnoods spugen of wat dan ook en dan heb je dus boulimia. Dus je moet kijken wat alcohol met je doet. Op het moment dat jij een drinker bent en dat noemen we een genotdrinker, moet je gaan kijken: hoe geniet je van je drank? Ben je aan het drinken om je gewoon lekker goed te voelen en je vindt het nog lekker ook, dan is er niets aan de hand. Maar op het moment dat je alcohol drinkt en jij bent dus op dat moment alleen maar aan het wankelen en je emoties zijn minder stabiel, je karakter begint te veranderen en je bent sociaal gezien eigenlijk een ander mens aan het worden, begin je in de gevarenzone te komen. In heel veel landen, en dat zijn de westerse landen, drinken ze meer dan één glas schone vrouw. Er gaat een hele fles doorheen. Ze beginnen 's middags. Er wordt al warm gegeten en het stokbrood gaat over de tafel heen en ze gaan gewoon werken en er is niets aan de hand. Het is gewoon een drankmiddel zoals jullie het koffiemiddel hebben. In jullie cultuur is jullie bijgeleerd dat jullie gewoon de hele dag niet drinken en 's avonds dan een wijntje drinken desnoods. Is nog romantisch en gezellig ook. Het is lekkerder dan een colaatje of zo. Dat is dus de instelling die jullie bij jullie zelf hebben geprogrammeerd in vele mensen. Er zijn ook mensen die

nooit meer drinken omdat ze hebben gezien dat de vader dronken was en de moeder was dronken en die was dronken en de angst is eigenlijk doorgeslagen: zou ik toch ook niet in dezelfde schoenen terechtkomen? Dus ik blijf bij water. Dus ze hebben zich nooit in aanraking laten komen met dat genotsmiddel. Chocolade is ook een genotsmiddel. Dat weten jullie in de tussentijd, hè. Zoetigheid is ook een genotsmiddel, hè. Seks is ook een genotsmiddel. Stel dat je ruzie hebt met je partner. Hoe maak je het vaak goed?

Met een lekker chocolaatje.

Er wordt gelachen om dit antwoord.

Isaak: Wat zegt u?

Ik heb liever wijn.

Isaak: Heel veel mensen krijgen juist ontzettend veel zin in seks. Dan gaan ze het goed maken door de energie te wisselen. Omdat op het moment dat je seks hebt met elkaar wissel je de energie, dan ben je de liefde aan het bedrijven en dan is de ruzie eigenlijk gewoon geen ruzie meer. Nou, even dat ter zijde, jullie zijn al in ouderdom en jullie seksen niet meer.

Er wordt gelachen om Isaak.

Isaak: Een ander voorbeeld en dan gaan we toch even door met dit verhaal. Wat gebeurt er heel vaak op het moment dat je dus uit elkaar gaat? De man en vrouw gaan uit elkaar en ze ontmoeten elkaar juist seksueel weer. Ze komen elkaar tegen en dan gaan ze met hun ex naar bed. Dat gebeurt ook heel vaak. Nooit tegengekomen in je ouderdom?

Er wordt gelachen om Isaak.

Ik moet er niet aan denken.

Isaak: Je vindt seks niet lekker?

Jawel, maar niet met mijn ex.

Isaak: Oké. Dus alle genotsmiddelen, het woord zegt het eigenlijk al hè, dat is een genot, sigaretten is ook een genot. Hoe komt het dat de ene vindt sigaretten wel een genot, vindt seks wel een genot, vindt chocolade wel een genot, vindt zoetigheid wel een genot, vindt alcohol wel een genot en de andere niet, hoe komt dat?

De genen?

Je merkt of je daarbij wel of niet de emoties los kunt laten?

Isaak: Een associatie. Je hebt een associatie opgebouwd van: ik trek het niet omdat in de familie is er zoveel narigheid geweest dus alcohol is slecht. De ander heeft een associatie met zoetigheid: lekker zichzelf zoet houden.

Seks is vies. Dat hoor je ook wel eens.

Isaak: Seks is vies, plat gezegd hè. Kan zijn dat de vrouw het plakkerig vindt of de man vindt het stinken hè. Dat kan ook. Komt allemaal in het boek. Maar dat is puur zoals je het eigenlijk jezelf hebt aangeleerd. Dus je hebt het je aangeleerd. Op het moment dat je iets je aan hebt geleerd kan het zo zijn dat je het jezelf verkeerd hebt aangeleerd. Dus jij moet gaan kijken: wat past bij mij? Dus in die culturen is er niets anders. Het wordt aangeleerd. Vanaf kindstijd zien ze gewoon dat er 's middags warm wordt gegeten. Waarom doen jullie dat niet?

Gewoonte.

In de vakantie doen we dat wel.

Isaak: Als jij jouw lunchpauze in een ander land bekijkt, dan heb je lunchpauze, gaan ze samen lunchen. Dan gaan ze niet aan een koud broodje

zitten. Ze nemen een warme maaltijd, dat is normaal. Als jullie naar die vakantieoordn gaan, doen jullie het opeens ook.

Daar heb je wel een siësta nodig.

Isaak: Je hoeft niet het hele bord altijd overmatig te vullen. Dus het heeft puur mee te maken zoals men eigenlijk zichzelf programmeert. Hier hebben jullie geprogrammeerd: ‘s ochtends eten we, ‘s middags een boterham en om vijf uur avondeten, desnoods om zes uur. En andere mensen die doen het weer anders. Wat is goed en wat is fout?

Er zijn ook geen medici die zeggen: “Dat is gezond en dat is ongezond”.

Isaak: Ja, de medici zeggen dat wijn goed voor het hart is.

Ja, maar niet teveel. Één of twee glaasjes is goed voor het hart.

Isaak: Goed voor het hart, dus dat zeggen de medici. Dus als jij tegen je kind zegt: “Eet deze spinazie, is goed voor je”, dan denkt het kind: ik moet er heel veel van eten dat is goed voor me. Dan zeggen de medici: “Nee, hou je maar op 200 gram desnoods want anders is het teveel”. Eigenlijk moet je zelf aanvoelen wat goed is voor je. Dus kijk wat goed is voor je. Een voorbeeld: als jij een kinderbord neerzet en een volwassenenbord neerzet, wat is goed? Ruil die borden om dan is het niet goed. Het kind krijgt dus de juiste portie, eet zoveel het kind nodig heeft, nou is voldaan. De volwassen vrouw is voldaan en de man die heeft een heel groot bord nodig en hij is dan misschien ook voldaan. Dus kijk bij jezelf: waar ligt mijn voldaanheid? Op het moment dat je zodanig uitpuilt en je wordt overmatig dik dan ben je jezelf overmatig aan het voldoen. Dus de weegschaal vertelt jou: je eet teveel. Op het moment dat je drinkt, dan vertelt jouw dronkenschap of aangeschoten zijn vertelt jou: je doet het teveel. Dus jij moet zelf voelen: functioneer ik nu nog? Als ik twee glazen op heb, kan het zo zijn dat ik eigenlijk al letterlijk al de vogeltjes hoor zingen, maar er zijn mensen die drinken er twee en die denken van: waar heb je het over?

Dan begint het pas.

Isaak: Op het moment dat jij eigenlijk de vogeltjes hoort zingen dan hou het bij een half glas. Dus kijk naar de maat. Het is hetzelfde als met het uithoudingsvermogen met sporten. De ene die rent harder dan de ander maar alle twee die rennen die hebben een conditie. Omdat de hardere renner die heeft dus meer capaciteit om harder te rennen. De niet zo harde renner die doet zijn best. Blijf op je maat en als men dat gaat doen, dan gaat men niet meer vergelijken met. Moet je die zien, die persoon is wat dikker, jij vindt dat die persoon dikker is. Ga dan jezelf verbinden met die persoon. In gesprek zeg je: “Goh, wat ben jij dik zeg, vind je dat ook niet?” En als die persoon dan zichzelf aankijkt en zegt: “Nee, dat is mijn bouw”, dan is het verschil toch al getrokken? Maar op het moment dat je zegt: “Ja, nee, kijk in de tijdschriften zegt men die taille, die maat, die bovenbenen dus je valt eigenlijk buiten die maat”. Dan geef je eigenlijk dus de persoon een kastijding dat hij geen bestaan mag hebben met dat lichaam dat zijn bouw is. Dus de ene die heeft een bouw die is dunner en die kan veel eten en die blijft dun en je hebt mensen die eten minder veel en die worden dik. Op het moment dat je een normaal leven hebt en je eet je porties in normaliteit gaat jouw lichaam jou vertellen wat jouw bouw is, wat jouw maat is. En als je elke avond flink aan het dooreten bent zoals de vetten, zoals jullie noten, jullie chips, jullie koekjes en jullie gaan daar de hele avond jullie zelf mee bevredigen, ben je net zo slecht bezig als iemand die vier/vijf glazen wijn drinkt. Waarom Lous, is het net zo slecht?

Chips en pinda's enzo bedoelt u?

Isaak: Ja.

Omdat er vetten in zitten.

Isaak: Omdat het hun genotsmiddel is. Wij hebben het over genotsmiddelen. Dus de ene die gaat aan de alcohol, hun genotsmiddel. De ander gaat heel de dag aan de seks, jullie niet.

Er wordt gelachen.

Isaak: Hoe meer je aan seks doet, hoe verslavender het is. Dat is werkelijk zo. Het is iets wat je activeert. Dus hoe meer je gaat snoepen, hoe meer je wilt snoepen. Het komt allemaal uit dezelfde categorie. Het is eigenlijk een soort kickgevoel dat je ervan krijgt.

Waarom?

Isaak: Omdat het bevredigt je. Dus je wordt bevredigd. Waarom kun je dus die chips niet laten? Waarom zit je onrustig te wachten tot de klok is dat je het mag pakken uit de kast? Waarom denk je dat je als je naar de bioscoop gaat dat je popcorn mee moet nemen?

Het is allemaal psychisch.

Isaak: Allemaal psychisch. Allemaal psychisch. Je ziet iedereen om je heen eten en je denkt: oh, ik heb niets.

Dan is het gelijk een leukere film.

Ik denk dat ik het lekkerder vind om een zak te nemen van 50 cent dan eentje van 95 cent.

Isaak: Dat noemen we zuinigheid.

De vrouw zegt vaak tegen de man: "Je hebt genoeg op". Dan heeft ie er al vier op en de man kent geen grens. Hoe kun je hem de grens leren kennen?

Isaak: Dat is hetzelfde dat jij dus eigenlijk met dat pak chips niet stopt na de vijfde, de vijfde chips.

Ja, maar hoe kun je iemand die grens leren?

Die moet hij zelf vinden.

Als jij tegen mij zou zeggen: “Je hebt genoeg gehad”, dan denk ik juist: bekijk jij het, ik neem er nog één.

Isaak: Stel dat je partner zou zeggen, je neemt een goeie taart en hij zegt: “Zou je het wel doen?” Wat denk je meteen?

Helemaal oké.

Isaak: Misschien vindt ie mij wel aan de grote kant. Zou ie kunnen denken. Maar wat moet die ander met zo’n opmerking?

Macht der gewoonte.

Isaak: Precies. Maar op het moment dat de partner zegt: “Zou je het wel doen?”, dan zeg jij gewoon: “Bemoei je er niet mee”. Maar op het moment dat iemand dus over gaat tot drinken en hij gaat achter het stuur, dan.....

Ingrijpen toch of niet?

Isaak: Dan heb jij de verantwoordelijkheid om te zeggen: “Ik stap niet in en als jij jezelf dood wilt rijden, fijne begrafenis. Maar ik stap niet in”. Op dat moment hoor je niet de persoon zodanig agressief te benaderen want er komt agressiviteit van terug omdat de persoon wil achter het stuur, ziet het gevaar er niet van in en jij gaat hem dus tegenhouden. Krijg je dus eigenlijk een woordenwisseling, desnoods agressiviteit van: laat mij doen en hij gaat met piepende banden desnoods weggrijden. Maar je kan heel simpelweg eigenlijk zorgen dat je hem benadert tijdens het vorderen van de avond dat je zegt: “Hé schat, ik rijd”. We hebben het nu bij wijze van spreken over twee mensen die een rijbewijs hebben. Maar stel dat je geen rijbewijs hebt, zeg van: “Hé schat, waar blijven we slapen?” Neem de verantwoordelijkheid van veiligheid voor jezelf en voor je kind. Maar op het moment dat je instapt, weet je dat je gevaar loopt. Omdat iemand die dronken is - niet iemand die een aantal glaasjes op heeft, dan kun je nog steeds eigenlijk via automatische piloot rijden - maar eigenlijk onderbewust rijd je eigenlijk al, onderbewust.

Dus dronkenschap is gevaarlijk. Maar met één of twee glazen kun je gewoon veilig naar huis rijden omdat je rijdt gewoon op automatisch piloot.

Maar je hebt ook de verantwoordelijkheid voor andere mensen die op de weg rijden.

Isaak: Je hebt natuurlijk verantwoordelijkheid voor je eigen welzijn. Ben ik in staat mezelf achter het stuur veilig thuis te brengen.

Als je iemand dronken achter het stuur ziet stappen, kun je die dan gewoon laten gaan?

Isaak: Het is zijn eigen keuze. Als die persoon moord verricht doordat hij iemand dus eigenlijk doodmaakt, is het zijn eigen karma dat hij draagt. Zo zien wij het vanaf de spirituele zin. Je kunt niet overal de controle proberen zodanig te houden. Therapeutisch gezien wel maar privé gezien is het weer wat anders.

Er kan je ook iets overkomen. Ik had pas een patiënt die is door haar man per ongeluk tegen de garagedeur geplet met de auto. Dus ze brak haar arm. Hij had het niet expres gedaan, maar ja.

Bij ons bij een verjaardag gingen er ook altijd twee flessen wijn doorheen en dan stapte ie nog in de auto. Ik dacht: hopen dat ie eens gepakt wordt door de politie en dat werd ie ook. Hij moest blazen maar de meter sloeg niet uit. Dus dat was voor hem een reden: zie je wel ik kan gewoon doorgaan. Bij mij kon ie niet meer op z'n benen staan. We hebben geen contact meer dus dat probleem heb ik ook niet meer. Het zal je kind maar zijn die hij tegen komt op de weg.

Isaak: Maar een dronkaard is niet

Voor rede vatbaar.

Isaak: Of je moet stiekem de sleutels uit zijn tas ergens weggooien dat je zelf eigenlijk de onschuld zelve speelt van: waar is ie gebleven? Maar ga niet in discussie over. Omdat juist iemand die dronken is, is heel gauw zodanig ontvlambaar dat ie juist op dat moment zijn emoties niet onder controle

houdt en de volgende dag dus alleen maar spijt heeft die hij betoont. Als hij niet leert na de eerste keer en na de tweede keer en hij wil eigenlijk die weg zo blijven doorlopen, ben jij de persoon die naar jezelf moet gaan kijken: loop ik naast of loop ik niet naast. Nog meer cases?

Hoe krijg je iemand van alcoholisme of een andere verslaving af? Omdat iemand moet dan wel sterke zijn omdat je houdt altijd die zwakke punten.

Mijn schoonzusje zegt: "Hij mag wel drinken, maar niet teveel" maar ja, die grens is hij knijft.

Isaak: Het is eigenlijk een gewenning geworden dat mensen bij wijze van spreken zeggen: "Oh, in mijn moeilijke periode, de menstruatieperiode die dus dan vaak ook emotioneel moeilijk is, ga ik eten, ga ik aan de chocolade". Het is puur een idee omdat chocolade heeft dus wel een stof maar het is niet zo dat je dus een betere menstruatiecyclus krijgt op het moment dat je aan de chocolade zit.

Dat zou wel makkelijk zijn.

Isaak: Hoe krijg je iemand van zijn verslavingen af? Heel simpel.

Dat moet ie zelf willen.

Isaak: Precies.

Je wilt er vanaf als je nuchter bent, dan krijg je het er weer moeilijk mee en dan neem je weer een krat bier.

Isaak: Als iemand 's ochtends wakker wordt met zo'n hoofd en die zegt: "Ik doe het nooit meer", dan kan het alleen maar zo zijn dat ie dat zegt omdat ie zo'n hoofd heeft. Het moment dat hij werkelijk besluit om nooit meer te drinken, dan komt ie zichzelf tegen via de ontwenningverschijnselen. Dat betekent dat ie gewoon emotioneel eigenlijk gaat wankelen omdat hij behoefte heeft aan dat genotsmiddel. Het moment dat hij werkelijk wil

stoppen, dan gaat ie ook werkelijk stoppen maar dan gaat ie door een moeilijke tijd heen. Wil hij niet stoppen en hij zegt het alleen maar voor de omgeving of desnoods voor zichzelf omdat hij zichzelf schuldig voelt en er niet achter staat, dan stopt hij sowieso niet. De rokers die zijn ontzettend destructief bezig. De rokers kunnen 's ochtends eigenlijk makkelijk een sigaret opsteken en worden er niet op veroordeeld. Maar de rokers krijgen 's ochtends ook een kick van die nicotine. Ze worden er ook high van, toch?

Ja.

Isaak: Ze steken er eentje op en ze beginnen de dag met hun beste vriend. Een rokende persoon brengt zijn lichaam in gevaar. Ontzettend veel stoornissen krijg je als je rookt. Je kunt er gewoon aan dood gaan, staat trouwens op elk doosje. Maar waarom mag iemand 's ochtends roken? - dat is puur voor jullie antwoord dat we dit vragen - maar waarom mag ie 's ochtends niet drinken?

Is een maatschappelijk oordeel denk ik.

Ik denk dat als je 's ochtends gaat drinken, dan heb je al een bepaald alcoholpercentage in je lijf waardoor je minder functioneert en dat heb je niet als je 's ochtends een sigaret rookt.

Isaak: Als je 's ochtends een sigaret neemt en je zou 's ochtends een borrel nemen, we hebben het over een borrel, dan geef je jezelf allebei hetzelfde genot. Van een borrel word je niet dronken, van een sigaret word je ook niet dronken maar word je wel even high. Het stimuleert je om de dag door te komen. Het heeft mee te maken met de maatschappij, die kiest wij noemen het slecht of niet slecht. Omdat wij hebben gezien hoe andere culturen, in die warme culturen, Frankrijk, Spanje of andere culturen, ze nemen dan een kopje koffie en ze nemen dan een klein borreltje en zij zeggen: "Wij zijn de hele dag al warm" en dan gaan ze de dag tegemoet. Het is hun keuze. Niet dat wij zeggen het is fout, of niet dat we zeggen het is goed. We willen alleen de verschillen eventjes laten zien. Het heeft puur met de cultuur te maken. Maar hoe kan een cultuur zo verschillend zijn als de mens allemaal identiek hetzelfde is?

Gevoontes.

Genvenning.

Isaak: Hoe kan het dat bepaalde landen sprinkhanen eten en hier krijg je ze niet te koop in het schap?

Het is voorradig.

Isaak: Je kunt het ook bestellen desnoods. Het heeft puur mee te maken zoals we net hebben besproken.

Aangeleerd gedrag.

Isaak: Aangeleerd gedrag, precies. Dus jij moet kijken: welk gedrag neem ik nu aan. Wij zien die kinderen die op een gegeven moment een aangenomen geloof aannemen. Worden ze opeens boeddhist en ze komen uit een ander geloof en opeens: Ik ben boeddhist. Ze lezen boeken, ze kijken: hoe worden ze een boeddhist? En ik hou me aan de regels van boeddhist. Of ik ga nu trouwen met een buitenlander en ik word nu een aanhanger van Allah, ik word moslim of ik word jood. Dus is allemaal een keuze. Stel dat je op bed zit en je zegt: “Hé, ik ga nu mezelf sluieren en vanaf nu zie je mijn haar niet meer”. Hoe heet jij dan?

Dat moet je zelf weten.

Isaak: Denkt iedereen zo denken jullie dat?

Nee.

Vaak is het de keuze van de man.

Isaak: Dus eigenlijk als je oprecht en eerlijk bent, vind je het raar.

Ja.

Isaak: Net als dat op een gegeven moment een man komt en die zegt: “Ik word een vrouw, ik trek vrouwenjurken aan” en jij zou dus eigenlijk die man als een vrouw naast je hebben zitten en je doet net of dat geen verschil is. Dat klopt toch niet? Dan ga je dus eigenlijk psychisch met die persoon een gesprek aan van: hoe komt het nou dat jij besloten hebt om jezelf te sluiëren? Nou, dan heeft die persoon bepaalde redenen. Maar waarom? Doe je het voor jezelf? Doe je het voor het geloof? Uit een boek of voor je partnerschap? Als je dan het gesprek even laat vallen dan kom je eigenlijk achter de werkelijke waarheid. Heel vaak is het zo dat men zichzelf op dat moment puur heeft laten overtuigen.

Ik zei eens tegen een meisje van negen: “Waarom ga je ter communie?” Toen zei ze van: ja, dan mag ik meedoen met de hostie en meedoen met een toneelstuk. Als je Christen bent, dan doe je op je 18^{de} de geloofsbelijdenis en dat doe je dan met je verstand maar als je negen bent dan doe je dat omdat je vader en moeder dat willen, zo gaat dat in de Katholieke kerk.

Isaak: Je hebt twee soorten overtuigingen, de overtuiging extern of de overtuiging intern. Je hebt bij wijze van spreken een tv-programma gezien of een boek gelezen en je hebt jezelf overtuigd: ja, dat is het.

Vanaf je gevoel?

Isaak: Nou, vanaf je overtuiging en dan ligt het op je gevoel. Als jij nu jezelf overtuigt dat je morgen seks wilt hebben met een man dan is dat je overtuiging.

Intern wil ik dan wel dat het van binnenuit komt?

Isaak: Dat is een overtuiging, schat. Het lichaam die heeft dus een overtuiging gekregen vanaf de hersenen. Samen met het gevoel ben je overtuigd dat je liever seks hebt met een vrouw dan met een man. Als jij jezelf opnieuw overtuigt, kun jij vandaag jezelf openen voor de man.

Is dat dan intern of extern? Misschien een rare vraag.

Isaak: Hoe bedoel je?

Nou, u zegt: "Overtuiging is intern".

Isaak: Jij hebt jezelf intern overtuigd. Dus je hebt het aangenomen.

Dus het is niet van buiten af?

Isaak: Precies. Je kunt er zo makkelijk in switchen.

In seksuele voorkeur?

Isaak: Ja. Jullie kunnen allemaal met elkaar seks hebben.

Er wordt gelachen en door elkaar gepraat.

Isaak: Jullie kunnen allemaal werkelijk met mekaar seks hebben. Maar jullie hebben jullie zelf overtuigd dat je kiest voor de man en doordat je kiest voor de man kies je niet voor de vrouw omdat je niet voor twee seksen kan kiezen. Maar je zou je ook kunnen overtuigen: ik kies voor twee seksen. Jullie hebben je allemaal overtuigd dat jullie allemaal monogaam moeten zijn. Maar jullie allemaal bezitten geen enkele monogamie in jullie zelf.

Dat weten we.

Isaak: Dat is puur

Aangenomen gedrag.

Isaak: Precies. Een kind heeft zich overtuigd om dank je wel te zeggen op het moment dat ie dus dank je wel moet zeggen of gewoon nee te zeggen op het moment dat ie nee moet zeggen of ja moet zeggen. Alles is een programmatie vanaf de eerste instantie. Een kind heeft zich overtuigd van: dat is vies en dat is niet vies. Groenten zijn vies. Hoe komt ie erbij? De moeder heeft het zeker niet gezegd en de vader. Hij heeft het geproefd en hij

heeft wat anders geproefd. Nou, dat smaakt lekkerder. Dus een zakje chips of een chocolaatje smaakt lekkerder dan die groente. Maar stel dat er nooit chips of chocolade is geweest, dan zou het kind nooit zeggen: “Groente is vies” of rijst is vies of wat anders.

Is dat dan intern of extern?

Isaak: Je kunt het extern bekijken en je kunt het intern bekijken. Dus extern betekent dat je hoort van iemand: het is vies. En dat je dan denkt: ja, dat is vies. En intern is dat je het zelf eigenlijk aanmeet dat je zegt: “Het is vies”. Een voorbeeld. Je bent een dierenliefhebber en je houdt zo van een flappie, een konijntje. En je hebt in een kooi zo’n diertje of je kind heeft zo’n diertje. Dan kun je je niet voorstellen dat je voor Kerst zo’n diertje op je bord wilt hebben maar andere mensen eten het graag op. De cultuur van ons instrument: ze hadden konijnen, ze hadden kippen en dat kwam allemaal op het bord maar ze hadden geen huisdieren. Het waren gewoon genotsmiddelen. Er werd er één geslacht en die werd dan opgegeten. Maar ons instrument mag geen vlees eten en waarom niet? Doordat wij overtuigd zijn dat de energie van vlees niet goed is voor ons instrument en ook niet goed is voor ons werk met ons instrument. Dus wij willen het niet en we hebben die overtuiging ingelegd. Dus extern. En dat is nu intern geworden omdat ze zou nu ook absoluut het niet meer kunnen eten terwijl ze een grote vleeseter is geweest. Ze lustte best wel dat konijn en die kippetjes en alles ging naar binnen. En nu het idee al zou haar tot kokhalzen brengen. Hoe komt dat? Psychisch. Dit vertellen we jullie omdat jullie zijn allemaal bezig met jullie psychische opleiding dus jullie kunnen iedereen opnieuw gaan overtuigen.

Wel leuk die opleiding. Je raakt al je handvaten kwijt. Het enige wat je dus moet doen, is je behoeftes volgen. Maar ja, ook die zijn aangemeten. Dus ja, hoe moet je het dan weten?

Isaak: Volg je behoeftes van moment tot moment. Ja....

Ik heb een vraag die aansluit op een eerdere vraag. Hoe weet je dat je geen behoefte meer hebt aan een bepaalde vriendschap. Ik denk er soms ook wel eens aan om een vriendschap

te beëindigen. Maar ik ben er niet zo sterk in om te besluiten en na een tijdje leeft het weer op. Hoe weet je dat het echt voorbij is?

Isaak: Nou, het is hetzelfde dat je opeens in een soort vakantieoord bent en je geniet van je vakantie en opeens krijg je de behoefte om een einde aan de vakantie te brengen. Het is genoeg geweest. Nou, dan ben je overtuigd dat het genoeg is geweest. Je pakt je koffers. Je reist weer terug en je bent blij om thuis te zijn. Na een tijdje heb je weer behoefte aan een vakantie. Het is het moment van dat moment. Dat is wat jouw leidraad is, het moment. Een voorbeeld. Je bent nu met je partner en je kijkt hem/haar aan en denkt: pfff dat ik ooit daarvoor heb gekozen. Dat is een moment. Dat wil nog niet zeggen dat je meteen het uitmaakt met hem. Op dat moment heeft hij een bepaalde uitstraling of energie bij je teweeg gebracht dat je dus een soort afkeer hebt gekregen. Na een tijdje ben je weer helemaal heerlijk met je partner. Je denkt: goh, wat ben ik blij dat ik niet die scheiding door heb gezet. Maar op het moment dat je wel de scheiding door had gezet, dan ga je een andere wereld tegemoet. Dan weet je niet dat het andere moment nog zou ontstaan zijn. Snappen jullie dat?

Ja.

Isaak: Dus dan is dat gewoon eigenlijk beëindigd en dit is er niet meer. Dus je moet nooit doordenken. Je moet alleen in het moment gaan zitten. Dus het moment dat jij dus zegt: “Ik wil jouw vriendschap niet meer” en jij voelt dat op dat moment, is dat jouw waarheid. Maar omdat jij beëindigt de vriendschap op dat moment, kom je niet tot die herleving van dat andere moment, het is weg.

Dus je maakt altijd de goede keuze.

Isaak: Precies, jouw scenario's die beïnvloeden je. Je bent nu je meubels aan het uitzoeken in het winkelcentrum en je kiest meubels. Er zijn zoveel meubels. Hoe weet je nou welke meubels je moet kiezen?

Dat voel je.

Je kiest wat bij je past.

Isaak: Er zijn zoveel meubels dus alles zou passen.

Dan ga je vergelijken.

Ik heb meestal wel vrij snel een indruk.

Isaak: Dus je hebt een bepaalde instelling gecreëerd: zo zou ik het willen hebben. Dus dan zoek jij op dat moment zoals jouw behoeftes jou het aangeven zoek jij je meubels uit. Vier jaar later koop je weer andere meubels in een heel andere stijl. Hoe kan dat nou? Op dat moment.

Je behoeftes zijn anders.

Isaak: Precies. Maar dan moet je niet zeggen: “Toen heb ik een fout gemaakt”. Toen zat ik in die energie, nu zit ik in deze energie. Dus als je nu je haar in stekeltjes knipt en jij wilt zo door het leven gaan, dan is dat die uitstralende energie die je draagt. Laat je je haar heel mooi sexy lang worden, wil jij blijkbaar zo in de energie gaan zitten. Dus zeg nooit: “Goed, slecht. Zeg altijd goed”.

Hoe kom je bij je behoefte?

Isaak: Je behoefte, wat is een behoefte?

Een bepaalde drang.

Een verlangen.

Isaak: Een voorbeeld. Je behoefte is om de hele dag te luieren. Dat is je behoefte hè. Ik heb de hele dag zin om te luieren.

Dat vind je fijn dan.

Isaak: Ja, daar heb je behoefte aan dus je hebt het ook nodig. Je hebt het nodig omdat jouw systeem zegt jou: “Luieren”. Maar als jij drie weken lang alleen maar luit, dan gaat je systeem wat anders zeggen omdat je systeem is geprogrammeerd met het onderbewustzijn. En het bewustzijn en het onderbewustzijn bezitten eigenlijk alle informatie die je nodig hebt. Dus hij zegt: “Luieren, kom je tot je kracht en energie”. Hij zegt: “Besluiten”. En je gaat nu besluiten nemen. Hij zegt: “Je hebt behoefte aan een partner”. En je gaat je openstellen voor, je gaat op zoek. Dus hij geeft jou eigenlijk die impulsen, de signalen. Die komen je hersenen binnen, die komen je gevoel binnen en je hoort alleen maar er naar te luisteren.

Dat is het punt hè. Dat je goed moet luisteren en niet eigenwijs je eigen ideeën eroverheen projecteert.

Isaak: Dat jij zegt: “Ik kan nu niet luieren want als ik nu luier, dan voel ik me schuldig omdat ik weer niets heb gedaan. Wat zou de maatschappij van me denken? Wat vind ik van mezelf? Kijk, ik heb de hele dag niets gedaan”. Dus dan ga jij je behoefte onderdrukken. Je gaat je ertoe dwingen om dus actief te zijn.

Vanuit oude gewoontes.

Isaak: Dus je behoefte zegt: “Goh, ik heb zin om met je af te spreken”. Nou, die afspraak wordt drie weken later gedaan. Die behoefte had je *toen* dus dan zou je *toen* moeten afspreken. Maar doordat je drie weken later het hebt gedaan, de behoefte is er niet meer.

Je moet dan wel dezelfde behoefte hebben als de ander maar dat is natuurlijk ook lastig.

Je kunt het natuurlijk ook anders doen. Ik heb een vriendin die werkt vier dagen in de week. Ze heeft een heel ander ritme dan ik. Ik weet dat als ik met haar afsprek of zin heb om met haar af te spreken dan weet ik dat het niet a la minuut kan maar dan kijk ik er wel naar uit dat het over drie weken is.

Isaak: Dan zou jij een hele grote teleurstelling krijgen als de vriendin het instrument zou zijn. Omdat zij werkt op de momenten en momenten en op het moment dat er weer een nieuwe energie ontstaat waar haar behoefte naar uit gaat, al is het maar te luieren, dan zegt ze het af. Dus ons instrument kan niet - doordat wij haar hebben geïnstrueerd dat het niet nodig is om je vast te leggen - je garanderen dat die behoefte dan er nog is. Je kunt wel een stukje verplichting hebben en dat noemen we dus eigenlijk het gene wat jullie hier dus doen. Dit is een verplichte afspraak omdat wij hebben ons werk te verrichten. Daar heeft ons instrument alleen maar toestemming van ons nodig op het moment dat ze die af zegt. We geven door: mag of niet. Anders: maakt niet uit kind, je gaat gewoon. Zakelijk en privé zijn twee. Maar privé is het zo dat je dus bij wijze van spreken een ontmoeting tegen kan komen waar je wel behoefte nu aan hebt. Die heeft meer prioriteit dan die afspraak die je hebt staan. Bij wijze van spreken die persoon is jarig. We moeten daar naartoe, we moeten daar naartoe. En het moment dat jij dus 's ochtends wakker wordt: oh, we moeten daar naartoe, ga niet daar naartoe. Ja, de verplichting roept me. Nee, verplichtingen heeft te maken met wat je zakelijk voorstelt. Je verplichting is: je moet inkomen verdienen. Je moet jezelf onderhouden, je kinderen onderhouden, desnoods je partner. Je moet je rekeningen betalen dus je hebt werk nodig. Dat is je verplichting, de rest is je luxe. Je mag gewoon je luxe vertegenwoordigen. Dus als jij nu vandaag een vriendin wilt bellen en zegt: "Heb je zin in om wat af te spreken?" en ze zegt: "Nee". Nou, dan niet. Maar zeg dan niet: "Ja, over drie weken dan?" want misschien over drie weken is de tijd geëvolueerd dat er wat anders daartussen is gekomen en dat de energie niet meer goed is. Alles is een momentopname onthoudt dat wel. Maar waar jullie zo goed in zijn is programmeren. Dus dan zeggen jullie: "Goh, nou moet dan maar". En dan gaan jullie natuurlijk jullie best doen en achteraf hebben jullie of een leuke ontmoeting gehad of niet maar jullie hebben jullie best gedaan. Waarom doen jullie dan zo vaak niet jullie best om jullie psychisch weer in orde te brengen? We hebben het over de patiënten, hè. Omdat je kunt eigenlijk altijd je best doen. Je hebt geen zin en je maakt zin. Je bent daar, je denkt: nou, ik kan zwijgen en de hele dag niets tegen je zeggen maar ik kan ook gaan praten. Nou, ik kan het ook nog gezellig maken ook. Dus jij kiest om het een leuke avond of dag te maken. Maar je kunt het ook anders doen. Je kunt ook nukkig of chagrijnig zijn.

Maar jouw verantwoordelijkheidsgevoel en ik vind het niet aardig van me laat je toe dwingen om dus een mooie avond neer te zetten of middag. Maar in eerste instantie was je behoefte niet hier. Dus dat betekent dat je eigenlijk overal een nieuwe behoefte kunt creëren en het gewoon wel leuk kan hebben. Dus fijn leven zouden we zeggen.

Eigenlijk heb je dus geen behoefte maar maak je het maar.

Isaak: Ja, dat klopt. Voorbeeld: weer terugkomend naar de heerlijke ouderdomskwestie van jullie, het seksgebeuren. Heel vaak zeggen jullie: “Ik heb geen zin”. Zeggen er heel veel dat horen wij. “Ach, nu niet ik ben moe”. Dus je zegt: “Ik heb geen behoefte”. Dat is in eerste instantie wat je dus eigenlijk voelt, ik heb geen behoefte. Nu komt ie. Is het nou werkelijk zo?

Ik heb geen zin om moeite te doen.

Issak: Ja. Is het werkelijk zo dat je werkelijk lichamelijk en geestelijk geen zin hebt? Of heb jij gewoon op dat moment gewoon die passiviteit van: ik heb geen zin. Op het moment dat je dus zegt: “Ja, het is nu al vier weken geleden dus ik moet nu zin maken”. En je gaat dus open staan en je gaat actief zijn en opeens denk je: goh, goh, dat ik dit niet eerder heb gedaan. Zo slecht was het toch ook weer niet. Opeens was het niet weer ik heb geen zin. Opeens was het lekker. Bij jullie niet.

Er wordt gelachen.

Toen ik zes jaar was had ik een keer geen zin om buiten te spelen en toen zei mijn moeder: “Ga maar naar de drogist om een zakje zin te halen”. Dus ik met mijn 50 cent naar de drogist en ik zei: “Ik kom een zakje zin halen”. En de drogist zei: “Ach” en ik kreeg een zakje mee en hoefde niet te betalen.

Isaak: Ja, dus die behoefte heb je op dat moment niet van: ik heb geen behoefte uit bed te stappen, maar je maakt behoefte. Ik heb geen behoefte om te werken maar ik maak behoefte. Dus wat jij zegt klopt, je maakt het ingewikkeld. Maar je moet altijd het onderscheid gaan trekken van: ik heb

werkelijk geen behoefte om af te spreken dus ik spreek niet af. Of ik maak behoefte omdat ik dus eigenlijk voor mezelf er niet mee kan leven als ik dus niet mijn afspraken nakom. Dus dat ga je dan afspreken. Je gaat desnoods voor je moeder en vader zorgen tot ze dood zijn maar je hebt er geen behoefte aan. Maar je voelt je verplicht of noem maar op. Dus jij moet kijken naar jezelf. Wat wil jij dragen en wat wil jij niet dragen? Maar let wel op het woord behoefte. Heb ik behoefte om dus een nieuwe partner in mijn leven te nemen? Zeg dan niet: “Kan niet, lukt niet en maar, maar, maar” zeg: “Dan ga ik die behoefte achterna”. Heb ik behoefte om vriendinnen los te laten? Laat ze los. Maar kijk altijd naar jezelf of je werkelijk je behoefte wilt waarmaken.

Maar dan kun je dus wel die vriendschap in stand houden en kijken of je behoefte hebt om af te spreken.

Isaak: Je kunt gewoon het moment afwachten en elkaar ook daar die vrijheid in geven zonder elkaar boos aan te kijken. Maar op het moment dat iemand zegt: “Nou, doordat jij nu de afspraak hebt afgezegd, wil ik dus nu niet meer met je afspreken”. Dan neem je dat gewoon voor lief omdat je hebt alleen maar geluisterd naar je behoefte. Recent verhaal. Ons instrument heeft het hele weekend geen behoefte gehad om de afspraken na te komen. Al die afspraken heeft ze eerder gemaakt omdat ze dus vrij was omdat de partner er niet is. Dacht ze: nu kan ik afspreken. Dat is weer denken. Maar het moment was daar en het gevoel zei: nee, ik wil liever met niets bezig zijn, met het huis, tuin en keukengerei bezig zijn. Daar ging de behoefte naar uit en die behoefte heeft ze gelukkig tot haar genomen omdat het andere was puur weer zichzelf eigenlijk open stellen in het denken van: er is tijd over, laat ik die tijd vullen, de partner is er niet dus nu kan het. Maar in het hart was het eigenlijk een nee op dat moment. Dus daar moeten we naar luisteren. Natuurlijk weet ons instrument dan ook dat de teleurstelling dan groot is. Maar vriendschap betekent dan ook acceptatie toch?

We hadden het net over verplichtingen....

Isaak: Dat is geen verplichting.

Nee, nee, maar ik heb zoveel moeite met verplichtingen en ik snap niet waarom.

Isaak: Verplichtingen kosten energie.

Maar dan hoor ik een beetje uit het verhaal dat je verplichtingen opzij kunt schuiven.

Isaak: De verplichtingen zoals dat je op je werk moet verschijnen. Dat is het woord verplichting. Maar een verplichting die je jezelf oplegt dus je bent verplicht om naar die verjaardag te gaan of mijn moeder te bezoeken of die persoon te bellen omdat het te lang geleden is, daar zeg ik: “Nee” op. Welke verplichting bedoel je?

Ja, dat weet ik even niet maar daar loop ik wel tegenaan, dingen die moeten.

Zoals zondag bij je ouders te blijven eten bedoel je?

Nee, dat stadium ben ik al voorbij.

Isaak: Een voorbeeld: stel dat je een dag eerder een lijst hebt gemaakt voor jezelf met je doe dingen. Je wordt ‘s ochtends wakker en de lijst is afgrijselijk. Stel dat er staat: ik moet mijn ramen lappen, ik moet de tuin doen, de was doen.

Dan was ik ‘s avonds laat nog niet klaar met mijn lijst.

Isaak: Dan leg je jezelf letterlijk een verplichting op. Maar die ramen hebben die er last van?

Soms wel.

Isaak: Dus jij wilt dan eigenlijk een perfect uitzicht naar buiten en jij denkt: oké ik ga mezelf toe dwingen om dat te doen. Achteraf ben je opgelucht. Dat is eigenlijk als je jezelf dwingt, dan komt altijd opluchting achteraf. Hè, hè, heb ik gedaan. Trots op jezelf. Maar het gevoel zegt eigenlijk: “Pfff”.

Soms denk je ook wel eens dat je iets moet doen of je nou wel of niet wilt.

Nu ga je ook naar een cursus en soms denk je ook van: ik wil niet naar die cursus.

Ja, dat heb ik niet bij deze cursus maar dat heb ik inderdaad wel eens bij bepaalde cursussen. Ja, dan zou ik mezelf het liefste ziek melden.

Isaak: Zou jij jezelf ziek kunnen melden?

Ik heb dat één keer gedaan.

Isaak: Wat gebeurt er als je jezelf ziek meldt?

Niets. Ik heb er alleen een rotgevoel bij dan.

Isaak: Heb jij baat bij die cursus?

Ja, ik denk het wel omdat het gaat om bedrijfshulpverlening.

Isaak: Dus het hoort bij je vak?

Ja.

Isaak: Dan hoor je te gaan.

Fijn, maar toch haalt dit het gevoel niet weg.

Isaak: Nee, omdat jij

Wat moet ik dan doen met het gevoel?

Isaak: Nou, dat gevoel heeft ermee te maken: je moet het zelf oplossen. Je hebt een hekel aan verplichtingen. Je hebt een hekel aan reizen. Dat zijn eigenlijk al twee negatieven op positief. Dus je telt de negativiteit naar de positiviteit en je denkt: ik heb er geen zin in. Maar heel simpel gaan wij

kijken: is het nodig voor je werk? “Ja” zeg je. Dat betekent dat je jezelf die verplichting dus eigenlijk moet gaan geven. Het is hetzelfde dat als de wekker afgaat dat je liever nog even blijft liggen. En desnoods blijf je de hele middag liggen maar.....

Heel even tussendoor. Wij moeten de trein zo halen. Het is al tien uur geweest.

Isaak: Dan gaan we afsluiten.

Oké.

Isaak: Nou, tot de volgende cursus.

Bijeenkomst 21 juni 2010

Isaak: Goedenavond.

Goedenavond.

Isaak: Theoretisch hebben we veel gesproken. Nu wordt het tijd dat wij het uit gaan oefenen in de praktijk. Hoe denken jullie lieve mensen hoe de praktijk zich vertegenwoordigt tijdens een sessie?

Een gewone sessie of als je begint met een intakegesprek?

Isaak: Een sessie met een case die we nu gaan opzetten. Dat betekent dat je hebt geleerd dat je altijd moet gaan invoelen. Dat je buiten de kaders van de boeken moet gaan. Maar de kaders vanuit de positie van de andere persoon. Op het moment dat je jezelf zodanig ruimdenkend neer kunt zetten, dan kun je op dat moment volkomen alle sessies voldoen. Kies je partner uit. We brengen ons instrument op een andere gradatie dan kan ons instrument natuurlijk toekijken. Jullie, jullie en jullie.

Isaak bedoelt hiermee dat het instrument op een gradatie gebracht wordt waardoor haar ogen open gaan en ze dus mee kan kijken wat er gebeurt.

Met z'n drieën?

Isaak: Met z'n drieën, jullie twee, jullie twee en jullie drieën. Heel simpel, elk van jullie gaat een onderwerp aansnijden dat betrekking heeft op je eigen persoonlijke bestaan. De ander die is je therapeute. Dat betekent je komt met jouw probleem bij degene die je therapeute is en die gaat kijken hoe zij je kan helpen. Natuurlijk kijken we mee. Denk er even over na. Welk onderwerp is van toepassing op dit moment in jouw bestaan waar jij therapeutisch eigenlijk hulpverlening op wilt hebben? Natuurlijk hebben we al gesproken dat het noodzakelijk is dat de andere persoon wilt, toch? Dus wil je geholpen worden? Sta je open voor deze therapeutische sessie. Wij hebben nog een

ander geval, willen wij graag met jullie bespreken en dat is het geval dat er is met het instrument. Dit geval mogen jullie samen therapeutisch met oplossingen komen. Laten we die even op het laatst doen.

Mag ik even iets vragen. Mijn eigen keuzes maken ook in relatie met mijn gezin en mijn kinderen, die combinatie vind ik erg lastig. Ik vind het lastig om mijn eigen keuzes soms voorop te stellen.

Isaak: Ja, dat geval is voor later. Dat gaan we zo meteen bespreken. Schrijf op wat het probleem is en natuurlijk noteer ook degene die antwoorden krijgt, aantal raadgevingen en natuurlijk gaan wij kijken of die raadgevingen natuurlijk van toepassing zijn. Jij schone vrouw.

Ik zit een beetje met een keuze vrijwilligerswerk of betaald werk. Ik zou eigenlijk meer tijd willen besteden om vrijwilligerswerk te doen. Ik heb eigenlijk geen zin meer in het andere werk. Het is een beetje de vraag of ik het dan kan betalen. Maar goed daarom is het dus lastig om een keuze te maken. Dus of jullie me willen helpen bij het maken van die keuze.

Isaak: Ja, je moet ook opschrijven Marian. Papier hebben we genoeg, hier achteraan. Schrijf je het op? Wat had u?

Ik wil geholpen worden bij autorijden.

Isaak: De angst voor autorijden?

Ik blijf ertegenaan lopen om naar nieuwe plekken toe te rijden. Het is niet het rijden zelf. Als ik er eenmaal in zit dan is er niets meer aan de hand maar vooraf zie ik er altijd zo tegenop. Het komt ook altijd wel goed maar het is een beetje lastig.

Isaak: De andere schone vrouw?

Bedoelt u mij?

Hij bedoelt jou Lies.

Isaak: Dus jullie twee krijgen één case en andersom ook dus jullie krijgen twee cases.

Trouw zijn aan jezelf en grenzen stellen.

Isaak: Trouw zijn aan jezelf en grenzen stellen. Dat probleem is jouw probleem daar ga jij op zoek naar een therapeute, je krijgt er meteen twee.

Ik heb eigenlijk een vraag bedacht n.a.v. vorige keer. Mijn vraag gaat over het volgen van je behoeftes en tegelijkertijd als je bijvoorbeeld geen behoefte hebt aan seksualiteit of die behoefte niet vindt dat je dan toch jezelf daartoe zou moeten zetten. Toen zei die vrouw dat ze er niet zoveel aan doet maar als je jezelf ertoe zet dan ontstaat die behoefte weer. Dat is ook het gene wat in mijn leven speelt.

Isaak: Mooi, opgeschreven door je therapeute? En jij.

Ik ben zelf een gever en daarom vind ik het soms heel lastig om te ontvangen.

Isaak: Oké dan moeten jouw therapeuten even gaan onderzoeken waarom dat een probleem in jouw bestaan is.

De case die jullie krijgen van ons instrument is de case die jullie allemaal even op moeten schrijven. Het is de case: als iemand besluit om bij zijn eigen gevoel te blijven en het gevoel zegt: “Nee, ik wil niet mijn schoonouders op mijn bruiloft hebben” en de partner die zet jezelf zodanig in het nauw dat het eigenlijk een win-verlies situatie gaat worden. Wat is het verstandigste om te doen? Heel simpel, even uitleggen. Jaren van strijd voor erkenning, geen erkenning gekregen tot heden. Bruiloft staat dicht bij de deur. Opeens is de mededeling gedaan door de partner: jij of wij gaan spreken met de toekomstige schoonouders vóór de bruiloft. Het instrument heeft al moeite dat die mensen op de bruiloft komen. Het instrument weigert omdat haar gevoel zegt: “Nee” en dat wetend dat dit ten koste kan gaan van de aankomende bruiloftsday. Wat is verstandig? Bij je gevoel blijven of je nederig neerleggen en je verheffen boven je eigen gevoelens en toch die

ontmoeting tegemoet gaan, de eer aan jezelf houden en een fijne dag tegemoet gaan die bruiloft heet? Wat zou jullie antwoord daarop zijn?

Volgens mij heeft u het antwoord al gegeven.

Isaak: Jullie zijn de therapeuten. Nou, we beginnen.

Ik moet mijn case nog zeggen. Als ik bang ben dat ik niet uit mijn woorden kan komen, dan ga ik me druk maken om wat ik wil zeggen en dan zeg ik totaal iets anders dan ik bedoeld had. Dan kom ik heel anders over en dan ga ik huilen en dan zeggen ze: "Je hoeft niet te huilen" maar het gaat dan niet om het huilen maar om het niet uit mijn woorden komen. Dat kan me heel erg dwars zitten.

Isaak: Nou, laten we dan een rollenspel doen. Hoe ontmoet je je cliënten altijd? In ontspannende houding natuurlijk. Ten eerste ga je elkaar begroeten, tegenover elkaar zitten, elkaar aanvoelen in het oog. Zitten jullie lekker of willen jullie een stoel?

We zitten goed.

Isaak: Oké. Maar de therapeutesessie vind om de beurt plaats zodat we kunnen luisteren naar degene die bezig is. Wij geven de eerste case en de eerste case ben jij want jij staat het eerste in de rij. Wij gaan de tijd bijhouden, wat we dus nooit doen, maar gaan we nu wel doen. We gaan de tijd bijhouden, we proberen eigenlijk tussen de 5 en 10 minuten te blijven hangen. Het telt niet op een minuut of twee maar dan kunnen wij eigenlijk onze beurten eigenlijk goed verdelen. Nou....

Moeten wij de tijd in de gaten houden?

Isaak: De tijd hebben wij in de gaten omdat wij hebben ogen open.

Therapeute: Welkom. Ik heb begrepen dat je hier bent omdat je een probleem hebt. Kun je me vertellen wat je probleem is?

Patiënt: Het is niet echt een groot probleem alleen ik vind het heel lastig om mijn eigen keuzes te maken en mijn eigen weg te gaan. Mijn eigen weg is wat werk betreft. Daarnaast heb ik een gezin wat heel belangrijk voor me is. Mijn werk is voor mij mijn missie en dat is soms moeilijk uit te leggen aan mijn gezin en ik weet niet zo goed hoe ik dat kan combineren met mijn gezin. Het is een soort onbegrip en ik wil mezelf daarin niet hoeven verdedigen. Ik wil zowel mijn missie kunnen doen als ook mijn hart bij mijn gezin houden. Ik zit dus een beetje op de wip.

Therapeute: Verwoord ik het dan goed zo dat het voor jou meer een gevoel is dat je volgt en dat het voor je gezin een probleem is dat je dat gevoel volgt en die keuzes maakt?

Patiënt: Ja, dat klopt wel wat je zegt.

Therapeute: Het bloedt een beetje van binnen?

Patiënt: Ja, het zit me gewoon niet lekker.

Therapeute: Zou je dat gevoel willen aanpakken door jezelf af te vragen of je daarmee aan de slag wilt? Het is moeilijk te omschrijven omdat het gevoel is iets wat je voelt dus ik probeer de juiste bewoordingen te vinden. Zou je daarvan willen genezen, van die wroeging en pijn die je voelt?

Patiënt: Ja.

Therapeute: Voelt het als pijn?

Patiënt: Ja, het voelt als pijn als ze zich druk maken om mij terwijl ik zelf het vertrouwen heb dat het wel goed komt.

Therapeute: Heb je dat gevoel elke dag?

Patiënt: Nee.

Therapeute: Af en toe dus?

Patiënt: Bij grote beslissingen. Ik heb aardig wat cursussen te doen jaarlijks die langer duren dan een avond. Ik ga een reis maken: ik ga naar Amerika in mijn eentje en mijn gezin is heel erg aan me aan het trekken.

Therapeute: Kun je dat wel in je eentje?

Patiënt: Ze maken zich zorgen. Ze zijn egoïstisch zo van: we hebben liever dat je thuis blijft en ook zo van: als er iets met je gebeurt, dan moeten we je missen.

Isaak: Wat zou je advies nu zijn? Nu weet je de situatie dus dan hoef je niet langer over na te denken want wij zijn gevoelstherapeuten. Wat zou jouw gevoel nu zijn als je dit zo één, twee, drie hoort? En wat zou jouw advies zijn?

Therapeute: Mijn advies aan jou zou zijn om uit te spreken dat wanneer jij die reis maakt en je gevoel volgt dat je veel gelukkiger zult zijn in je gezin en iedereen daar ook van mee profiteert.

Patiënt: Ja, dat zou ik wel willen maar dat is niet zo simpel.

Therapeute: Heb je dat geprobeerd uit te leggen?

Patiënt: Ja.

Therapeute: En daar krijg je geen begrip voor?

Patiënt: Nee, dus de pijn blijft bestaan.

Isaak: Dus hoe komt ze van de pijn af?

Therapeute: Ik weet het niet, ik vind het heel moeilijk.

Isaak: Nou, wij weten het wel. Wie weet het nog meer?

Andere therapeute: Is het niet een soort schuldgevoel?

Patiënt: Nee, het is geen schuldgevoel. Het is een behoefte. Mijn gezin is voor mij ook heel belangrijk.

Andere therapeut: Is het echt een tekort of is het alleen maar je idee dat je iets verkeerd doet?

Patiënt: Nou, mijn partner kan er behoorlijk chagrijnig om zijn hoor.

Andere therapeut: Ja, maar ik bedoel is het echt terecht dat hij chagrijnig is of niet?

Patiënt: Nee, ik vind van niet. Hij heeft een hele andere waarheid dan ik. Wij verschillen daarin.

Isaak: Dus luister even naar wat Lous zegt. Lous zegt duidelijk het gene wat wij willen zeggen: “Doe je iemand tekort?” Nee, jij leidt je leven naast een relatie. Dat betekent dat is je recht. Zou jij als moeder zijnde willen dat je kinderen hun leven op zouden geven voor jou en niet hun eigen beslissingen zouden nemen zoals zij daar behoefte aan hebben?

Patiënt: Nee, ik stimuleer ze juist om hun eigen weg te gaan.

Isaak: Precies. Precies hetzelfde wat jij als moeder zijnde wilt geven aan je kinderen moet je ook weer geven aan jezelf. Dat betekent: ze accepteren het of ze accepteren het niet. Op het moment dat ze het niet accepteren dan moeten jullie eigenlijk alle twee in balans komen in het woord van: oké, ik weet nu dat je het niet accepteert maar ik blijf het wel accepteren bij mezelf omdat ik ben geboren en getogen om hier ter aarde mijn eigen evolutie tegemoet te gaan en geen enkele liefde of geen enkele verantwoordelijkheid die extern voor mij is moet mij afbreken. Dat is het advies. Dus duidelijk in het reine komen met een aangemeten schuldgevoel maar jij schone vrouw hebt die aangemeten. Jij kiest ervoor om je schuldig te voelen. Dat betekent als jij je werk gaat voldoen, ga je altijd in een soort tweestrijdigheid zijn en dat is niet ten bate van je werkzaamheden en natuurlijk niet van je fysieke gezondheid. Omdat je fysieke gezondheid heeft energie nodig en elke

stressfactor neemt energie af. Dan word je dus zieker en zieker en zieker en wie heeft er dan baat bij?

Patiënt: Niemand.

Isaak: Precies.

Patiënt: Het is me duidelijk.

Isaak: Case één afgesloten.

Patiënt: Dank je wel Isaak en jij ook bedankt.

Isaak: Nou, ben jij aan de beurt.

Therapeute: Welkom Madeleine. Ik heb al een beetje begrepen waar het om gaat. Als ik het goed heb begrepen ben je bang dat je iets zegt wat je eigenlijk helemaal niet zo bedoeld had.

Patiënt: Soms als ik iets wil zeggen dan komt er totaal iets anders uit mijn mond. Ik ben dan zo zenuwachtig en ik kom dan helemaal niet meer uit mijn woorden en het komt er dan helemaal verkeerd uit zoals bijvoorbeeld bij een functioneringsgesprek. Als je bijvoorbeeld iets moet zeggen over een collega waarvan je weet dat het waar is en hij gaat ontkennen, dan sla je helemaal dicht en dan komt er compleet iets anders uit.

Therapeute: In hoeverre zou het je helpen als je van tevoren bedenkt wat je wilt zeggen zodat je onzekerheid naar de achtergrond zakt?

Patiënt: Ik word gedwongen om van te voren na te denken over wat ik doe en zeg en welke vragen er gesteld worden.

Therapeute: Is dat altijd zo?

Patiënt: Ja, want ik ben ooit in een onverwachts functioneringsgesprek compleet afgekraakt en ik dacht toen: ik geef niet op en ik ga werken vanaf mijn eigen principes. Ik kreeg altijd hele goeie beoordelingen. Ik ben toen helemaal de grond ingetrapt en sindsdien is dat zo.

Therapeute: Hoe perfect ben je?

Patiënt: Wat zeg je?

Therapeute: Hoe perfect wil je zijn?

Patiënt: Niemand is perfect, ik ben ook niet perfect.

Therapeute: Hoe perfect wil je zijn?

Patiënt: Goed genoeg om mijn werk te doen en fouten maken mag. Ik ben mens.

Therapeute: Sta je jezelf dat werkelijk toe? Als ik het goed begrijp uit jouw verhaal wil je liever geen fouten maken of is er een reden waarom je jezelf zo afzet?

Patiënt: Nee, het is geen angst. Het is zo van: je wilt iets zeggen en doordat die persoon ontkent komt er heel iets anders uit dan je wilt zeggen.

Therapeute: Gaat het dan om jezelf of gaat het om de ander?

Patiënt: Het gaat om de invloed van het gesprek dat je weet dat het gesprek gaat komen.

Therapeute: Maar je weet vooraf niet hoe het gesprek gaat lopen.

Patiënt: Nee, dat weet je niet. Maar ik voel wel die bekende druk en dan zeg ik iets totaal anders dan ik bedoeld had.

Isaak: Dus het probleem is? Wat is het probleem?

Andere therapeut: Het probleem is denk ik dat ze een keer een teleurstelling heeft gehad, dat ze kritiek kreeg die ze niet had verwacht en nu met de angst zit dat het weer kan gebeuren.

Patiënt: Ja, dat is het ook wel.

Andere therapeut: Je vertrouwen in jezelf op dat moment is heel onzeker dat het op dat moment zo meespeelt dat je jezelf ondergeschikt voelt aan degene die tegenover je zit waardoor je niet meer weet wat je moet zeggen.

Patiënt: Langzamerhand ben ik aan het opkrabbelen. Mensen die mij kennen van voor dat functioneringsgesprek die zagen mij een paar maanden later en die zeiden: "Wij kennen jou zo helemaal niet".

Isaak: Eigenlijk heeft dit kind faalangst.

Patiënt: Ja, het is faalangst.

Isaak: Dus jij bent bang om te falen en daardoor faal je eigenlijk. Het is hetzelfde dat je bang bent om te lopen en jij concentreert je op je lopen. Dan is het lopen heel erg gefrustreerd, je verkrampst en dan loop je niet meer lekker. Dus het hele gesprek loopt niet meer lekker omdat jij vooraf eigenlijk al hebt bedacht dat je gaat falen. Dus jij hoopt dat het een perfect gesprek gaat worden maar je bent eigenlijk al vooraf bang dat het geen perfect gesprek gaat worden dus dan faal je en dan kom je in de vicieuze cirkel terecht en dan gaat dat gesprek dus eigenlijk mislukken. Dan krijg je precies het gene wat jij eigenlijk niet wilt, ja uitstraalt. Dus jij moet gaan leren om dus te vertrouwen op je kunnen en te vertrouwen op je persoon dat al het gene wat er komt dat je het kunt overwinnen. Het is hetzelfde dat je in de auto stapt en dat je dus gaat rijden en dat je niet bang moet zijn wat er voor je komt te staan. Dat je weet: ik heb de controle. Ik heb de macht over dit voertuig. Ik kan hem besturen zoals ik wil. Komt er onverwachts een konijn over de straat lopen of komt er iets op mijn weg, kan ik het aan. Dus jij moet bij jezelf de programmatie gaan creëren dat je gaat vertrouwen dat je het aankunt, dat je al het gene wat komt aankunt. En als iemand tegenover je

staat die jou met de grond gelijk maakt, dat jij je grote wafel open kunt trekken en kunt zeggen: “Hier ben ik niet van gediend”. En het maakt niets uit of het een hogere superior is of een lagere superior, hier ben ik niet van gediend. En wat is je naam?

Madeleine.

Isaak: Hier is Madeleine niet van gediend. Dat betekent dat je op dat moment eigenlijk de bal weer terugzet en jij zegt van: “Ik heb hier geen behoefte aan. Ik wil gelijkwaardig behandeld worden. Behandel je me niet gelijkwaardig dan wil ik gewoon op dat moment dit gesprek niet meer aan”. Als je dat vooraf meeneemt, heb je altijd wat in jouw zak dat noemen wij wapen. Je bent bewapend omdat hier ben jij niet meer van gediend. Dan beëindig je het gesprek meteen en dan hoeft jij jezelf niet rot te voelen.

Patiënt: Mijn eigen waarde dus en mijn grenzen zien.

Isaak: Ja.

Therapeut: Je houdt controle over jezelf maar niet over de situatie.

Patiënt: Ik had zelf al bedacht dat ik moet leren luisteren met een open blik en niet van tevoren zelf antwoorden bedenken. Maar inderdaad eigenwaarde betekent dat ik dus mag zijn wie ik ben ook in zo'n gesprek.

Isaak: Dat betekent: hier zijn mijn grenzen dus maakt niet uit wie nou voor je staat. Stel dat je nu aangehouden wordt door de politie en de politie die gaat jou onterecht behandelen, dan zeg jij: “Hier ben ik niet van gediend”. Op het moment dat je dat niet zegt, ga je over tot de onderdanige rol en dan ben jij het slachtoffer. Op het moment dat de politie zijn functie uitoefent, heeft ie bepaalde regels om zich eigenlijk aan te houden. Buiten de regels moet ie niet vallen en dat noemen we onbeschoftheid. Op het moment dat men onbeschoft werkt, zegt men gewoon vriendelijk: “Hier ben ik niet van gediend. Ik ga niet in gesprek met jou over als ik geen waardering krijg voor de persoon die ik ben. Ja, ik ben misschien door rood gereden. Ja, ik ben

misschien eigenlijk fout geweest. Oefen je functie even uit maar behandel me met respect”.

Patiënt: Ja, ik heb een heel groot rechtvaardigheidsgevoel.

Isaak: Jij moet je grenzen stellen. Niet overgaan tot bang zijn. Dus ben jij bang, zet jezelf zodanig sterk en schrap dat je zegt: “Oké, ik voel die angst, ik uit die angst” en blijf in je eigen kracht. Stel dat iemand zegt: “Ik straf je voor het gene wat je hebt gedaan”, moet jij goed even denken: verdien ik deze straf? Op het moment dat je voelt: deze straf is eigenlijk onrechtvaardig, word jij op dat moment de verdediger van je eigen Madeleine, zei je net, en zeg je van: “Deze straf is onrechtvaardig dus hier ben ik ook niet van gediend”, dat zeg ik ook. Altijd spreken.

Therapeute: Niet je mond houden.

Patiënt: Ja, daar heb ik wel moeite mee.

Andere therapeute: Dat is lastig hè.

Patiënt: Oké.

Isaak: En in tranen uitbarsten is eigenlijk tonen van een gevoelsemotie. Je gevoel is verdrietig, dan laat je gevoelsemoties op dat moment ook zijn, dat mag. Zeg gewoon: “Ik ga nu hier in tranen uitbarsten omdat ik voel me nu werkelijk gedenigreed, niet gerespecteerd en niet gewaardeerd”, dan krijgen we tranen te zien maar toch blijf ik rechtlijnig in mijn besluit: ik ben er niet van gediend.

Patiënt: Mooi gezegd Isaak, bedankt.

Isaak: Graag gedaan, case afgesloten. De volgende.

Therapeute: Ik ben jouw therapeute?

Isaak: Ja.

Therapeute: Fijn dat je er bent Marian. Ik heb begrepen dat je in een dilemma zit van betaald werk en vrijwilligers werk.

Patiënt: Ik doe nu allebei maar de balans begint nu meer de andere kant op te slaan.

Therapeute: Naar welke kant?

Patiënt: Naar vrijwilligerswerk omdat ik dat graag doe maar ik word er een beetje zenuwachtig van.

Therapeute: Waar word je dan precies zenuwachtig van?

Patiënt: Ja, of ik het wel kan betalen op de langere termijn.

Therapeute: Vrijwilligerswerk levert natuurlijk wel heel erg weinig op of misschien wel helemaal niets en je hebt toch geld nodig om te leven.

Patiënt: Ja, maar ik merk wel dat het betaalde werk me steeds meer moeite kost.

Therapeute: Is het betaalde werk veel minder leuk voor jou of merk je dat je veel meer kunt betekenen in het vrijwilligerswerk? Waar zit het hem dan in dat je neigt naar vrijwilligerswerk?

Patiënt: Ik vind het leuker om te doen. Het is meer een angst om het andere los te laten.

Therapeute: Je bent bang om een risico te nemen van: stel dat ik het risico neem waar eindigt het dan, doe ik er wel goed aan.

Isaak: Wat bedoel je: is bang om het andere te laten?

Patiënt: Nou, als ik mijn betaalde baan zou laten dan moet ik misschien over een jaar of twee jaar weer betaald werk gaan doen en kom ik misschien niet meer aan het werk.

Therapeute: Je wilt dus graag vrijwilligerswerk doen maar bent dus bang om er financieel op achteruit te gaan.

Patiënt: Dat is dus het moeilijke.

Therapeute: Wat is er zo eng aan om het gewoon uit te proberen?

Isaak: Ze is eigen baas.

Therapeute: Je bent eigen baas dus je kunt het weer opstarten als het niet lukt.

Patiënt: Nee, dan zou ik iets anders moeten gaan doen.

Isaak: Leg even uit wat je doet voor werk.

Patiënt: Ik ben zelfstandig ondernemer en als ik nu stop met de klanten die ik heb, dan loopt mijn vergunning af.

Therapeute: Zou je het dan later niet weer op kunnen pakken?

Patiënt: Nee, dan zou ik een andere baan moeten zoeken.

Isaak: Maar ook moet je gaan kijken van: waar gaat je hart naar uit, oké. Dat betekent dat je nu even heel globaal moet gaan kijken: ligt mijn hart nog in mijn eigen bedrijf?

Patiënt: Nee.

Isaak: Het antwoord is nee, heb je al eerder gezegd en hebben wij gezegd, het antwoord is nee. Ligt je hart bij je vrijwilligerswerk? Het antwoord is ja. Je krijgt er energie van. Je vindt het prettig om te doen en jij redt er nog levens mee.

Therapeute: Wat doe je voor vrijwilligerswerk?

Patiënt: Ik werk voor Tresi en Isaak.

Isaak: Ja, daar red ze nog levens mee.

Patiënt: Met de ambulance.

Er wordt gelachen om deze opmerking.

Isaak: Doordat zij dus ontzettend goed bezig is met het pr gehalte en het gene wat zij zichzelf als taak tot zich heeft genomen, red ze levens mee omdat heel veel mensen komen met ons in aanraking, met het instrument, puur door het gene wat jij als vrijwilligerswerk je eigen hebt gemaakt. Daar zijn we natuurlijk heel content mee maar toch blijven wij neutraal in dit gesprek hè omdat we zijn content dat jij voor ons werkt en ook eigenlijk ons instrument zodanig goed helpt dat ze dus nog meer in het zicht komt. We hebben daar uiteraard ontzettend veel baat bij maar nu: waar heb jij baat bij? In eerste instantie heb je baat bij dat je dit werk blijft doen omdat krijg je goed gevoel bij. Je krijgt credit. Je crediteert jezelf. Je voelt je goed bij. Je bent niet meer depressief. Je hebt weer energie en de dag is kort en niet meer lang.

Patiënt: Ja.

Isaak: Oké, de tweede instantie: het andere werk is de dag heel lang.

Patiënt: Ja, het is beleemaal gedraaid omdat een aantal jaren geleden vond ik het heel leuk.

Isaak: Betekent dat je in die tak eigenlijk uitgebloeid bent.

Patiënt: Uitgekeken ja.

Isaak: Ja, dus het moment dat jij jezelf in die tak in zelfstandigheid jezelf eigenlijk ja blijft zetten, betekent dat je het alleen maar doet voor de financiën. Maar die financiën die kun je overal krijgen. Dat betekent dat je moet gaan kijken: wat heb ik nodig? Heb ik nu op dit moment geld nodig?

Nee. Dus ik heb nog eigenlijk een soort budget waar ik een hele tijd van kan snoepen en dan hoeft ik niet water en brood te eten. Dus ik kan het goed hebben. Dus jij moet eigenlijk naar je budget kijken, naar je geldbron. Het moment dat de geldbron zodanig klein wordt, dan moet je gewoon gaan kijken voor geld. Is het vrijwilligerswerk nog niet zodanig dat het eigenlijk geld oplevert maar je hebt geld nodig, moet je gewoon extern geld gaan verdienen en dan moet je gewoon in loondienst. Dan heb je a de stress niet meer van zelfstandigheid, je gaat alleen maar je werk voltooien.

Patiënt: Maar niet op korte termijn?

Isaak: Nee. Dus als je gaat kijken naar je cv zoals jullie dat noemen, welk woord noemen jullie dat?

Curriculum Vitae.

Isaak: Ja, als je gaat kijken, kun je overal mee aan de slag in de categorie waar jij goed in bent, gespecialiseerd. Of het nou in deze tak blijft of in een andere tak, werk vind je sowieso, er is genoeg werk voor jou. Dus je kunt eigenlijk deze wereldreis tegemoet gaan en eigenlijk gewoon genieten van jouw reis tot het volgende moment.

Patiënt: Oké.

Therapeute: Dat geeft ook wel rust als je even helemaal niets moet.

Patiënt: Ja, ik had het al besloten maar het sluipt er nu weer even in.

Andere therapeute: Je vindt altijd werk als je wilt werken, al is het achter de kassa bij de Albert Heijn.

Isaak: Je vindt altijd werk. Als het werk niet meer plezierig is.....

Patiënte: Ja, maar los van dit vind ik het wel fijn om nu ook van Isaak te horen om dat andere los te laten omdat ik dat ook graag deed en daar ook goed in was.

Isaak: Ja, maar je bent er klaar mee. De boom brengt zijn vruchten niet meer. Op het moment dat je het werk zou gaan doen zoals jij jezelf eigenlijk in verleden tijd dat hebt opgedragen, zou je dat niet meer met plezier doen. Dat betekent dat je die klandizie eigenlijk niet goed behandelt. Ben je op de tijden aan het kijken en dan ben je niet echt een goeie coach. Dat is niet eerlijk, dat is niet oprecht. Degene die jouw hulpverlening verdient, zoals jullie allen nu, heeft gewoon optimaal resultaat nodig en niet dat je dus alleen het geld plukt en niet je diensten geeft. Dus betekent: wees oprecht en eerlijk. Zoek desnoods een andere baan ooit in de tijd als je budget eigenlijk zodanig gekrompen is dat je weer werk hebt. Maar in de tussentijd ga je gewoon een wereldreis tegemoet met de tijd die jij eigenlijk tegemoet wilt gaan. Dus loslaten deze angst.

Patiënt: Oké.

Mag ik ook iets vragen?

Isaak: Dat mag.

Ik spreek uit ervaring. Ik ben 200% van baan veranderd. Je zult merken dat als je jezelf toestaat om je gevoel te volgen, je gevoel steeds sterker wordt.

Isaak: We hebben tijd genoeg. We gaan naar de volgende.

Therapeute: Ik hoorde dat je wilde autorijden, kun je me vertellen wat je bedoelt.

Patiënt: Ik doe alles met gemak en draai nergens mijn hand voor om maar als ik in de auto moet stappen, wil ik het liefst gebracht worden of met het openbaar vervoer om maar niet aan het verkeer deel te nemen. Hetzelfde zoals nu dat ik naar Rotterdam moet rijden. Ik kan goed rijden en ik zit ook niet met angst achter het stuur, dat is het niet. Het is steeds de stap nemen om te gaan rijden. Als ik het gedaan heb, ben ik ook trots op mezelf. Maar de volgende keer begint het weer van voren af aan. Ik loop hier nu al jaren tegenaan.

Therapeute: Waar woon je?

Patiënt: Ik woon in Vlaardingen. Dat is op zich ook geen kleine stad maar ik heb dat vooral met de Randstad. Ik heb dat niet in mijn eigen stad.

Therapeute: Je gaat wel met de auto naar Albert Heijn bijvoorbeeld?

Patiënt: Ja, dat doe ik wel. Ik rijd ook gewoon naar Hoek van Holland. Dat is minder druk. Ik kan het niet goed omschrijven.

Isaak: Het is dus psychisch, dus hè.

Andere therapeute: Mag ik daarop een aanvulling maken? Ik heb ontdekt dat het bij haar te maken heeft met het feit of ze ergens uit vrije wil naartoe gaat of dat ze ergens verwacht wordt.

Patiënt: Dat is het niet. Ik wil heel graag naar deze avonden maar toch stap ik niet in de auto en moet mijn man me brengen.

Therapeute: Is een routeplanner niet een oplossing?

Patiënt: Die hebben we van de week voor Vaderdag pas aangeschaft. Misschien dat ik daar ook eens gebruik van kan maken en dat daarmee de angst wat wegzakt.

Therapeute: Heeft het te maken met niet de weg weten?

Patiënt: Ik denk dat het zit in dat ik me in sommige situaties geen raad weet. Ik weet wel dat ik voor een konijntje op de weg zal remmen en ik ben ook niet bang dat ik daar over heen rijd. Ik kan het gewoon niet omschrijven wat het is.

Therapeute: Wat zou een onverwachte situatie in een grote stad kunnen zijn?

Patiënt: Wat ik ook merk, is dat ik het lastig vind als het heel druk is en ik moet van baan verwisselen. Bij wijze van spreken ga ik dan al honderden meters van tevoren naar de rechterbaan om maar niet klem te hoeven zitten.

Therapeute: Dat is dan toch een oplossing?

Patiënt: Ja, maar van tevoren maak ik me daar druk om en dat wil ik niet. Ik wil me niet van tevoren druk maken.

Therapeute: Dan denk ik dat die routeplanner in ieder geval wat meebrengt omdat ie een tijd van tevoren aangeeft: u moet naar links, u moet naar rechts. Met een routeplanner hoor je in een vroeg stadium, zonder dat je zelf de weg weet, waar je heen moet.

Isaak: Een routeplanner is een hele goeie optie maar het is niet de oplossing.

Andere therapeute: Ik denk zelf dat je moet aanvaarden dat je die angst hebt en steeds een klein stapje verder gaat met oefenen. Ook al moet je jezelf daartoe zetten. Je zult zien dat het steeds beter gaat.

Patiënt: Ja, voor mijn werk moet ik het doen. Ik moet met die kinderen op stap. Maar als ik er enigszins onderuit kan komen, doe ik dat maar in mijn werk kan dat niet.

Andere therapeute: Volgens mij ben je ooit een keer verdwaald.

Patiënt: Ik ben nog nooit verdwaald.

Andere therapeute: Als je angst hebt in de toekomst ben je niet in het nu. Je bent al energie aan het verbranden voor iets wat mogelijk zou kunnen gebeuren. Als je volledig in het nu bent op het moment dat je moet voorsorteren, dan zie je op dat moment wel en vertrouw je ook op jezelf dat je op dat moment de juiste beslissing neemt.

Patiënt: Ja, daarom begrijp ik het ook niet. Ik snap wat je bedoelt.

Andere therapeute: Ik herken het ook bij mezelf. Met het systeem wordt het voor mij toch makkelijker.

Patiënt: Ik denk soms dat ik de enige ben die dit heeft.

Andere therapeute: Je moet jezelf toestaan om een afslag te missen, dan neem je toch de volgende?

Patiënt: Het is me duidelijk.

Isaak: Nou, nog niet echt, ik heb nog niet gesproken.

Andere therapeut: Ik denk dat je jezelf veilig moet leren voelen in je eigen ruimte en moet denken: het maakt niet uit wat ik doe of het nou goed of fout is.

Isaak: Welke.....ja, zeg maar.

Therapeut: Ik zou iets praktisch willen voorstellen als advies. Zoals Isaak zei: "Huiswerk". Ik stel voor dat je een stuk dat je een beetje eng vindt als huiswerk tot je neemt en dat stuk gaat rijden.

Isaak: Ik denk zelf en dat weten we zeker dat het probleem eigenlijk geen probleem is.

Patiënt: Ik maak er zelf een probleem van?

Isaak: Je maakt een probleem en je houdt hem vast. A, noem je eigenlijk alles op wat je kan. Dus je bent nooit verdwaald. Je kunt het konijn eigenlijk ja het leven laten houden. Je bent niet bang om in die auto te stappen. Dus jij maakt een angst en hoe is dat ontstaan? Heel simpel. Ergens heb jij bij jezelf de controle graag. Je wilt graag overal de controle over de situatie maar in het groot verkeer heb jij niet de controle. Dus dat betekent dat je dus eigenlijk minder zeker bent in je innerlijke zelf dan dat je eigenlijk overkomt. Als alles netjes en geordend is, dat je dus het overzicht hebt, nou, dan is eigenlijk de rust er ook. Het moment dat je dus in een chaotische stad gaat, komt er onrust en dan heb jij niet de controle wat er in de stad eigenlijk te beleven is. Nu moet jij de controle los gaan laten. Dat betekent dat je met jezelf keer op keer als je die auto instapt een afspraak moet maken. De afspraak is: ik laat de controle los. Ik heb de sleutel. Ik weet waar de rem is. Ik weet waar het gas is en ik weet waar de koppelingen zijn. Ik weet hoe ik de sleutel weer dicht moet draaien dus ik ben veilig. Ik ga de auto in en ik rijd gewoon. Al rijd je bij wijze van spreken naar de andere kant van Nederland. Ik weet hoe ik moet rijden. Dus de controle in je eigen stad heb je omdat je kent het als

geen ander. De controle buiten je stad wordt eigenlijk al minder controle en controle in de grote stad wordt controleverlies. Betekent dat je de controle los moet laten. Stap één met programmering omdat je hebt geen probleem. Je zou een probleem hebben als je niet zou kunnen rijden. Dan zou je een probleem hebben maar je hebt geen probleem. Je handen zitten niet te bibberen. Jij zit niet te bibberen. Je maakt eigenlijk jezelf bang. Het is hetzelfde dat iemand een zwarte tunnel ingaat en die is gewoon bang dat er geen einde is aan die tunnel. Dat ie denkt: oh, zo meteen ga ik door de tunnel en dan is er geen uitgang, geen uitweg. Dan raakt iemand in paniek tijdens die tocht maar in de tunnel moet men gewoon puur vertrouwen: oké er is een einde van deze tunnel, een uitgang. Ik hoef niet bang te zijn. Het komt goed. Dus altijd: het komt goed. Tomtom helpt maar jij moet ingesteld zijn: ik kom er wel. Ons instrument heeft ooit in de tijd met drie kleine kinderen een camper gehuurd. Ze heeft de camper opgehaald. Ze had er nog nooit ingezeten en op het moment dat ze erin zat, kwam ze achter dat ze net nog groot genoeg was om over het stuur te kijken en ze had een heel huis aan de achterkant, ze kon niet naar achter kijken en ze wist niet eens waar ze ja, hoe ze heen moest rijden. Omdat ze maakte de route helemaal tot haar land van herkomst zeg maar, Portugal. Ze maakte de tocht die kant op en de dag van tevoren kreeg ze nog van een vriend een oude verscheurde map. En 500 kilometer van tevoren vroeg ze nog de weg aan iemand: waar ligt Bordeaux? En ze was nog in Parijs. Die persoon keek nog een beetje raar op van: hoe moet ik dat uitleggen?

Er wordt gelachen om dit verhaal.

Isaak: En toch heeft ze een week over gedaan maar ze kwamen aan. Soms sliep ze met zo'n heel groot mes onder het kussen omdat ze bang is in het donker. En ze heeft absoluut angsten wat betreft alleen slapen etc. etc. maar toch allemaal gedaan. Dus we hebben eigenlijk geforceerd dat ons instrument zichzelf over haar eigen gemaakte angst zou zetten. En dus ook het woord oordeel niet vooraf maar achteraf zou gaan gebruiken. Je kunt nooit vooraf oordelen. Nou, rijd veilig.

Patiënt: Dank je wel.

Isaak: Graag gedaan. De volgende.

Therapeute: Grenzen stellen en trouw zijn aan jezelf hè. Waar gaat het precies over?

Patiënt: Als ik kijk naar mijn werksituatie, heb ik meer werk dan ik zou willen en pak ik er ook nog eens werk bij van anderen en ga ik eigenlijk buiten mijn eigen grenzen. Ik vind het moeilijk om nee te zeggen.

Therapeute: Je kunt dus geen nee zeggen?

Patiënt: Precies.

Isaak: Dat heeft een reden natuurlijk, hè?

Therapeute: Wat zou de reden kunnen zijn? Wil je mensen niet teleurstellen of wil je een goeie indruk maken?

Patiënt: Teleurstelling en ook wel bang voor afwijzing.

Therapeute: Wat is je beroep?

Patiënt: Ik ben fysiotherapeute.

Therapeute: Ben jij iemand die de kantjes eraf loopt?

Patiënt: Nee.

Isaak: Nee, dat zou niet passen nee. Dat zou niet passen.

Therapeute: Heb je wel eens uitgeprobeerd om te zeggen: "Dat doe ik niet, het wordt me teveel".

Patiënt: Ik heb het wel eens geprobeerd.

Therapeute: Wat gebeurt er dan?

Patiënt: Dan wordt ik heel onzeker en denk ik dat ik niet goed genoeg ben.

Therapeute: Misschien moet je jezelf wat meer toespreken.

Isaak: Dus eigenlijk heeft dit kind eigenlijk simpelweg een minderwaardigheidscomplex. Dat is haar probleem. Minderwaardigheidscomplex. Minder waardig zijn en dat is een complex. Elk woord is opgebouwd: minder waardig. Waarom voel jij jezelf minder waardig dan je collega's? Want de collega's, als zij nee zouden zeggen, zou jij hen dat niet afrekenen of aanrekenen maar als jij nee zegt reken je het jezelf wel aan, toch?

Patiënt: Ja.

Isaak: Ja, betekent dat jij dus eigenlijk je minder voelt dan je collega's.

Patiënt: Ja.

Isaak: Ja, betekent ook dat je dus eigenlijk door je werkzaamheden eigenlijk bevestigd wilt worden dat je een goeie collega bent.

Patiënt: Ja.

Isaak: Ja, dat betekent op het moment dat jij jouw cliënten eigenlijk ja, minder goed zou behandelen in het kader van perfectie. Jij doet perfect werk afleveren. Dat weten wij. Maar stel dat je het kader hebt van: oké, ik heb nu minder tijd voor die cliënt. Dan voel ik me schuldig. Wil jij graag dat de collega's jou zodanig voor 100% goed vinden dat ze dat eigenlijk verkondigen aan de medemens? Dan krijg je weer een waardigheidsgevoel. Dat betekent dat je je hele leven jezelf eigenlijk gewoon moet gaan opofferen.

Patiënt: Ja, dat merk ik wel.

Therapeute: Niet alleen in je werk. Je doet het altijd. Je stelt geen grenzen voor jezelf.

Patiënt: Hoe doe je dat?

Isaak: Ja, dat gaan we zo vertellen. Dus jij noemt net in de werkzaamheden maar het betekent zoals dit kind eigenlijk verteld het is niet in de werkzaamheden, het is de aard van het kind hier zo. Dus jij moet gaan leren om brutaal te gaan worden en je moet gaan leren om te genieten om brutaal te worden. Je moet het zo zien alsof jij een kind aan je hand hebt en het kind zoekt steeds bevestiging bij jou. En jij als moeder zijnde geeft het kind geen bevestiging. Je kijkt altijd weg. Gaat het kind steeds kleiner worden, steeds kleiner worden, steeds minder worden. En dan gaat het kind eigenlijk aandacht vragen. Heeft een bevestiging van extern nodig omdat de moeder heeft het kind verwaarloosd. Dus jij bent de moeder en het innerlijke kind, dus je gevoel, wordt verwaarloosd door jezelf. Dus jij luistert niet naar je gevoel maar je hebt geluisterd naar je menselijke kanten, dus naar je blokkades en die blijf je handhaven en daarom blijf je die blokkades houden. Dus jij moet die blokkades op gaan heffen door juist naar het kind te luisteren en niet meer naar je mens zijnde. Dus dat betekent een lange weg te gaan. Je hebt het kind lang verwaarloosd. Nu moet je het kind niet meer verwaarlozen. Dus komt iemand en die vraagt eigenlijk om je tijd maar jouw gevoel zegt: “Geen zin”, is dat jouw innerlijke kind die dat zegt en dan moet je niet denken, moet je zeggen: “Geen zin”. Stel dat iemand je opbelt en je hebt geen zin om op te nemen de telefoon. Ga je niet schuldig voelen dat je ziet dat het die persoon is. Je neemt niet op. En dan ga je daarna niet over nadenken waarom heeft ie mij gebeld en wat had ie mij te vertellen? Je zegt: “Goed zo”. Ga je niet in scenario’s verkeren. Je gaat in moment op moment jezelf weer vinden. Dus in moment van moment moet je jezelf weer gaan vinden, dus opnieuw gaan programmeren. Maar nu de vraag van jullie: wil ze het?

Andere therapeut: Je geeft wel aan dat je trouw wilt zijn aan jezelf en grenzen wilt stellen maar kun je met jezelf ook die afspraak maken dat je dit ook in de praktijk toe gaat passen?

Patiënt: Als ik eerlijk ben ja en nee.

Isaak: Wat is de *nee*?

Therapeute: Ben je bang voor afwijzing?

Patiënt: Ja.

Isaak: De *nee* betekent hard werken en de *ja* is makkelijk.

Andere therapeute: Dus kies je ervoor om jezelf je hele leven op te offeren of ga je luisteren naar jezelf?

Therapeute: Het kan dan zijn dat mensen je niet meer leuk vinden.

Andere therapeute: Ja, wiens probleem is dat?

Isaak: Dus jij moet nu gaan kiezen: wil jij ervan af? Geef je duidelijk aan *ja* of *nee*. Nou, de *nee* is gewoon puur de angst van het gene wat eigenlijk haar te wachten staat. Moet ze hard werken. Het is hetzelfde dat iemand zegt: "Ik wil aantal kilo's afvallen" maar daar moet ik hard voor trainen of ik moet wat laten daarvoor. Dus het kost energie en het is makkelijker om dus als slachtoffer verder te gaan, dat is makkelijker.

Andere therapeute: Ik zou willen vragen: wil jij genezen van je mindervaardigheidscomplex? Wat de ander van je vindt, zegt meer over de ander dan over jezelf.

Isaak: Wat is je antwoord? Ga je eraan werken of laten we dat gewoon eigenlijk doorlopen tot de toekomst?

Patiënt: Ik ga eraan werken.

Isaak: Het geeft ruimte. Laten we dat zeggen als therapeuten. Het geeft ruimte om mensen uit je leven te bannen die jou eigenlijk werk kosten. Op het moment dat men jou ziet als het werkpaard en daardoor ben je gewoon eigenlijk minder actief doordat jij mijn werk verricht, die mensen maken

misbruik van de goedheid van iemand. Het is hetzelfde dat een kind snoepjes bij zich heeft en de volwassene pakt het af. Het kind kan niets doen. Dus het kind moet op dat moment een andere volwassene gaan halen om dus die twee te laten strijden met mekaar. Dus jij moet nu voor je kind opkomen en je moet niet steeds jouw energie weg laten pakken. Dat zijn de snoepjes. Jij moet voor jezelf op gaan komen. Het moment dat dus een volwassene jou eigenlijk daarop aanspreekt, moet je voor je kind opkomen en niet voor je angsten. En dan zeg je: “Oké dan is dat maar zo. Als jullie vinden dat ik niet goed genoeg ben omdat ik nu nee zeg, dan is dat jullie bevinding maar ik ben trots dat ik nee zeg want vroeger zei ik altijd: “Ja” en nu zeg ik: “Nee”.

Andere therapeut: Dat is wel waar. Het is niet makkelijk om door je angst heen te gaan.

Isaak: Dat kost tijd.

Andere therapeut: Achteraf als je over je angst heen bent, zul je zien dat het wel meevalt. Je moet het gewoon uitproberen en meer respect voor jezelf krijgen. Niemand heeft er baat bij als je doorgaat en in een burn-out terecht komt. Daar hebben je collega's niets aan en jij ook niet.

Isaak: Stel dat je, dat is een voorbeeld, stel dat je met z'n vijven in één huis woont en de ene persoon die is de actieve persoon, wat doen de andere vier?

Therapeut: Niets.

Isaak: Worden minder actief. Of die andere vier zouden eigenlijk het niet goed vinden dat jij zo actief bent. Zouden het zielig vinden of medelijden met je hebben omdat je zo'n uitslover bent, dan zouden ze dus eigenlijk tot actie moeten komen en jou terug moeten gaan roepen en zeggen van: “Hé, ga jij niet zo actief zijn, wij zijn er ook nog”. En die mensen die dat zeggen die kun je als vrienden benoemen en die mensen die achterover gaan leunen dat zijn dus meelopers, die lopen mee op andermans energie zoals wij ook lifters hebben die ook graag energie gaan vreten bij de fysieke mens en dus zich levend voelen tussen de levenden ondanks dat ze dood zijn. Snap je dat?

Patiënt: Ja.

Isaak: Dus geef jezelf dat credit omdat je innerlijke kind is een verlangend kind en het kind moet gehoord worden. Nou, we gaan naar Lous. We gaan het over ons liefste onderwerp hebben.

Patiënt: Naar aanleiding van vorige keer toen zei Isaak: "Volg je behoeftes". Toen zei Isaak ook dat als je geen behoefte meer hebt aan seks, dan kun je jezelf daartoe zetten om het weer te voelen. Dat slaat dus ook op mij. Het lijkt net of ik die behoefte niet heb als het er niet is.

Isaak: Nou, therapeuten jullie mogen aan de slag.

Therapeute: Hoe komt het dat die behoefte er niet is of lijkt dat die er niet is?

Patiënt: Het kan zijn doordat ik geen vaste partner heb op dit moment. Ik heb wel een goede vriend maar dat is geen seksuele relatie. Ik ontmoet zo af en toe wel nieuwe personen maar dat gevoel heb ik niet zo gauw.

Therapeute: Kan het zijn doordat het niet actief is omdat er geen partner is en het daarom negebt?

Patiënt: Ik voel het zelf gewoon niet.

Therapeute: Ook niet bij jezelf?

Patiënt: Heel af en toe maar ook niet echt veel.

Therapeute: Zou je het wel willen?

Patiënt: Ja, dat is dus mijn vraag: is het voor mij nou wel zo belangrijk?

Isaak: Nou, dat is de vraag. Wil jij seks of wil jij geen seks? Het is hetzelfde: wil jij uitgaan of wil je niet uitgaan? Vele kinderen die zeggen van: "Ik heb geen behoefte om naar dat feest te gaan". Dat betekent dat ze eigenlijk

vooraf al hebben besloten om niet die ontmoeting van dat feest mee te maken. Dus daarom hebben ze ook eigenlijk gezegd: “Ik heb geen behoefte aan”. Anderen zeggen: “Ik heb wel behoefte” en behoeftes wisselen. De ene keer ben je gewoon heel erg uitbundig, heb je zin in vakantie, de andere keer heb je geen zin in vakantie, dus dat is menselijk. Dus dat jij nu minder behoefte hebt aan seks is absoluut menselijk. Heeft allemaal mee te maken dat er geen liefdespartner in de relationele sfeer is waar jij dus juist jezelf eigenlijk in kan vinden seksueel gezien. Waar je dus ook eigenlijk energie uitgedragen krijgt van de partner van: laten we seks hebben omdat het is ook een samenspel hè van: ik straal uit, ik wil jou vandaag beminnen, dan komt de behoefte weer. Het moment dat je dat niet ontvangt nou, dan zit je nog steeds in het wiebelende gehalte voor niets. Het moment dat jij een pornofilm zou gaan kijken of een andere seksuele prikkelende iets mee zou maken dan zou die behoefte misschien weer gaan herrijzen.

Patiënt: Daar zou ik zelf geen behoefte aan hebben om een pornofilm te kijken.

Isaak: Nee, nee, dat betekent dat je op dit moment eigenlijk alleen maar wachtende bent tot je geprikkeld wordt door de partner. Dus de partner moet jouw vrouw-zijn veroveren. Je bent even heel simpel gezegd uitgedroogd.

Patiënt: Passief ja.

Isaak: Uitgedroogd, de energie is dus nu niet meer actief, hij is droog, dus je bent uitgedroogd, ik voel het niet meer. Dus je hebt ook geen prikkels seksueel gezien: goh, ik wil nu uitgaan.

Patiënt: Nee, ik heb ook geen behoefte om uit te gaan met iemand anders.

Isaak: Nee, nee, goh, ik zou nu uit willen gaan omdat ik hoop dat ik iemand ontmoet en dan kan ik eventjes mijn seksuele drift even kwijt. Die is op dit moment tot een nihil punt gekomen puur omdat er geen relationele liefdespartner is. Komt ie weer, komt jouw seks weer omhoog.

Patiënt: Hangt dat van die andere persoon af? Dat vraag ik me wel af.

Isaak: Dat hangt van af welke man jou de energie brengt en jou als vrouw zijnde weer prikkelt. Dus jij kunt jezelf nu niet zelf gaan prikkelen. Heb je geen behoefte aan. Het is hetzelfde dat je dus nu geen behoefte zou hebben om dus uit te gaan eten. Maar komt een vriendin en zegt: “Laten we uit gaan eten” en zeg je: “Ja lekker”, dan word je geprikkeld om uit te gaan eten en dan wordt die ontmoeting gewoon aangenaam. Maar op het moment dat je jezelf nu zou gaan dwingen dan zou je jezelf eigenlijk gewoon dwingen tot iets waar je geen behoefte aan hebt. Dus geef aan toe aan je behoefte en wacht tot de seksuele partner jou weer gaat prikkelen.

Patiënt: Het is dus meer een kwestie van gewoon ervoor open staan.

Isaak: Nee, gewoon een vaste relatie heb jij behoefte aan. Je hebt geen behoefte aan seksuele contacten in zomaar seks te hebben met iemand, je wilt gewoon wat steviger.

Patiënt: Dat vraag ik me soms wel af. Soms ontmoet ik wel eens iemand en dat is dan geen partner maar dan denk ik die zou best leuk zijn voor een seksuele relatie.

Isaak: Maar heb je daar behoefte aan? Dat is de hele grote vraag. Het antwoord is eigenlijk nee. Omdat je wilt een partner en het moment dat je je lichaam geeft, is de gedachte achter de gedachte toch de hoop dat er misschien wat meer ontstaat.

Patiënt: Ja, de vorige keer wel ja.

Isaak: Ja, en het is nog steeds. Het is nog steeds. Dus het moment dat je nu over gaat tot seks zul je wel een nasmaak van viezigheid overhouden omdat je dus eigenlijk dat niet wilt. Je bent nu niet zodanig loops of driftig in seks dat jij gewoon uit de kleren wilt gaan even flink tegenaan en zeggen: “Hebben we ook gehad”, nee.

Patiënt: Ik zie volgend weekend iemand. Best een leuk iemand en ik denk bij mezelf: zou ik dat nou willen? Maar ja, dat is wel heel erg bedacht.

Isaak: Jij mag met die persoon weggaan. Je mag met die persoon tot die ontmoeting overgaan en kijk of die drift komt. Op het moment dat die seksuele drift komt, dat je het gevoel hebt: ik heb zin in seks, dan voel je dat natuurlijk duidelijk aan en dan mag je overgaan tot seks.

Patiënt: Maar ik weet nu al dat het nooit mijn partner wordt.

Isaak: Nou, als die drift daar is, mag je jezelf dat vrijbriefje geven van: ik ga met jou seksen en dan gooi ik de deur dicht en dan heb ik de belevenis eigenlijk ondervonden. Maar innerlijk wil je vastigheid. Dus innerlijk wil je vastigheid, dus hou daar rekening mee. Grijp je op dat moment door de partner, doordat hij een bepaalde energie bij zich draagt die jou eigenlijk ja, weer libido verhoging geeft, nou, ga dan over tot dat spel omdat je kan best wel seks hebben zonder dat je drie dagen in bed blijft liggen en denkt: wat heb ik gedaan. Zo erg is het ook weer niet.

Patiënt: Zo'n type ben ik ook weer niet.

Isaak: Dus ze kan best de broek uit doen maar het is wel zo dat zij

Patiënt: In wezen wil ik graag een vaste relatie.

Andere therapeute: Toen jij vroeger een vriend of man had, werd je toen veroverd?

Patiënt: Ja.

Andere therapeute: Vind je het leuk om veroverd te worden?

Patiënt: Ja, maar ik heb zelf ook wel initiatieven genomen hoor, als ik iemand leuk vond.

Andere therapeute: Misschien vindt iemand jou wel leuk maar die durft niet en die wacht tot jij hem verovert. Het is hetzelfde met een snoepje. Stel dat je altijd chocolade koopt van

hetzelfde merk of een Jamin ijsje en je hebt het allang niet gegeten en je gaat het weer kopen, zo is het met seks ook. Het is ook een stukje leeftijd.

Isaak: Nou, ik denk niet dat ons instrument daar last van gaat krijgen. Het heeft niets met leeftijd te maken. Het heeft met de prikkeling van de man te maken. Misschien ben je te lang in een bepaalde relatie waar je eigenlijk weet hoe het moet en waar je eigenlijk niet echt geprikkeld wordt.

Andere therapeute: Het is wel degelijk hoor.

Isaak: Ja, dat kan maar meestal is het ook zo dat de partner eigenlijk heel veel verschil maakt. Als de partner jou thuis gaat veroveren en je komt thuis en je hele bed is met rozenblaadjes bestrooid en hij doet even een serenade voorzingen en hij geeft je een heerlijke massage en een lekkere champagne dan komen automatisch een aantal prikkelingen daar zo en denk je: zielig voor die man dat ie zich uitgesloofd heeft. Ik ga seks hebben.

Patiënt: Dat is het hem juist.

Isaak: Dan ga je eigenlijk over tot ik heb nu geen behoefte. Hoeveel vrouwen geven niet en ook mannen trouwens, hoeveel vrouwen en mannen geven niet seks om de ander niet teleur te stellen. Ze denken: goh, er is eigenlijk al een maand voorbij. Hij staat al zo lang droog, laat ie maar niet gewoon buiten de deur wat gaan halen of ik vind het zo vervelend dan knapt ie nog, laat ik hem eigenlijk helpen hierin. Dat wordt eigenlijk heel vaak gedaan dat de vrouw helemaal geen behoefte heeft en juist zegt: “Kom maar, kom maar” en tijdens het spel denkt de vrouw: goh, dat had ik gisteren ook wel moeten doen, dan komt de behoefte tijdens het spelen. Nou zij, Marian, heeft absoluut nog niet dat knopje gevonden van seksuele drift maar dat komt ook gewoon omdat ze het eigenlijk nog niet echt mee heeft gemaakt. We hebben het over de man-energie hè. Dat ze dus door een man eigenlijk bemind zou worden. Dat ze de mannelijke energie in haar voelt. Omdat de mannelijke energie is een hele andere energie dan de vrouwenenergie. Als je gaat kijken hoe de vrouwen elkaar veroveren. Als je naar zo’n lesbischebar

gaat en kijkt hoe de vrouwen elkaar veroveren, is heel anders dan hoe mannen elkaar veroveren. Hoe veroveren vrouwen elkaar?

Andere therapeute: Geen idee. Heb ik me nog nooit in verdiept.

Andere therapeute: Iemand heeft het wel eens bij mij geprobeerd.

Isaak: Hoe veroveren de vrouwen elkaar?

Andere therapeute: Tegen mij werd toen gezegd: wat heb jij een lekker lijf en daar was ik toen helemaal beduusd van.

Andere therapeute: Vrouwen zijn volgens mij heel direct.

Isaak: Nou nee, als je naar een lesbiennebar gaat, zijn ze aan het aftasten. Dus je hebt de mannelijke lesbiennes die gaan wat stoerder zijn dan de vrouwelijke lesbiennes, dat zijn de aftastende lesbiennes, die willen eigenlijk liever eerst een vriendschap, elkaar beter leren kennen, een goed gesprek, een geestelijke band krijgen en dan willen ze gewoon overgaan tot fysieke intimiteit. Maar ze gaan niet meteen over tot laten we elkaar eventjes aflikken. Ze willen gewoon elkaar op dat moment beter leren kennen. Wij spreken gewoon natuurlijke taal.

Er wordt om Isaak gelachen.

Isaak: Alles wat gesproken wordt, moet gewoon uitgetypt worden. Het is belangrijk dat je dus weet: jij hebt geen behoefte aan de mannelijke energie. Heb je behoefte aan de vrouwelijke energie?

Andere therapeute: Totaal niet.

Isaak: Nee, dan ben je eigenlijk seksueel niet meer gestimuleerd in vrouwelijke drift. Je bent eigenlijk net een bloemetje, water is uitgedroogd. Het is uitgedroogd, ook geen behoefte om dat tot activiteit te brengen. Dan zou zij over moeten gaan tot veroveringen. Nou, en dat kost alleen maar

energie en dat brengt alleen maar teleurstellingen. Nou, dan geef ik mezelf over aan acceptatie. Dat ik het accepteer dat het zo is. In eerste instantie was ik al niet zo'n wild dier in bed tijdens een relatie. Nu hoef ik het helemaal niet meer omdat anders kost het me alleen maar energie en ik wil ook natuurlijk degene die dus nu goed ja vriendin is geworden in het kader van vriendschap wil ik ook niet eigenlijk verliezen. Ga ik over tot seks hebben met iemand ja, dan zet ik eigenlijk een vriendschap ook op het spel en dat speelt ook uiteraard weer achter je gedachtes. Dat blijft altijd daar hangen omdat er contact is. Dat blijft hangen en dat is logisch, dat is logisch.

Andere therapeut: Het is het één of het ander.

Isaak: Dat is logisch, dus dan kies je om een vriendschap te hebben met iemand en geen nieuwe partner. Omdat als je een nieuwe partner neemt en die komt tussen jullie vriendschap, dat zou je zo erg vinden dus laat ik maar de nieuwe partner buiten mijn leven, dan hoef ik eigenlijk niet te kiezen tussen liefde....

Andere therapeut: Ik heb ook geen enkele eh.....

Isaak: Nee, maar de gedachte achter de gedachte is de gedachte die telt. Zo is het bij jou ontstaan. Duidelijk?

Patiënt: Bij mij is dat niet zo.

Isaak: Nee, bij jou is het gewoon dat je een partner wilt. Je bent al zo lang op zoek naar een vaste partner en daar gaat jouw energie naar uit. En alleen wat teleurgesteld achter komen en dan niet gebeld worden en weer niet gebeld worden en dan weer wat afspreken, dan weer niet afspreken, dan weer die en dan weer die en jouw lijf steeds voor openstellen. Dan zegt jouw innerlijke zelf: nee, dat wil ik niet. En als dat even gestimuleerd wordt omdat de persoon in kwestie jou even de prikkel geeft, geef eraan toe zouden we zeggen. Maar is het er niet wees dan gewoon eigenlijk een gezelschap.

Patiënt: Waarom is dit uw favoriete onderwerp?

Isaak: Omdat seks is heel choquerend voor deze medemensen die dit allemaal lezen.

Andere therapeute: Ik heb het me ook wel afgevraagd.

Isaak: Het is omdat heel veel mensen vinden seks eigenlijk nog steeds een taboe om het te bespreken. En wij breken graag taboes en seks is eigenlijk hetzelfde als eten en drinken. Het is ook een taboe als iemand zegt: “Ik drink veel te veel wijntjes”. Dat je dan je gaat schamen daarvoor en dat we dat eigenlijk tussen gesloten deuren houden. Ook die taboes breken we af doordat we het over alcohol hebben. We hebben het over wat geladen taboes. Heel veel vrouwen hebben seksproblemen. Heel veel mannen zijn gefrustreerd in de relatie met de vrouw doordat de vrouwen seksproblemen hebben. En misschien helpt het hen tijdens het lezen van onze woorden dat seks eigenlijk ook een probleem kan worden maar ook weer ontnomen kan worden van het probleem. Maar moet je met elkaar over gaan praten en moet je ook samen willen uitkomen. Omdat als het functioneert jouw fysieke lichaam en je hebt een seksuele blokkade, ga dan niet over tot die seksuele blokkade maar hef hem op. Dat kan een huwelijk juist veel dicht, nader tot elkaar brengen dan eigenlijk dat je gewoon als broeders met elkaar onder een dak zit en vader en moedertje speelt en een geschiedenis met elkaar hebt gehad en zegt van: “Wij bevredigen elkaar niet meer daarin”. Dat of de man of de vrouw eigenlijk mannelijk of vrouwelijk daarin gefrustreerd raakt en dat vinden we jammer. Dat vinden we jammer.

Andere therapeute: Ik weet niet of dit hier op zijn plaats is maar in andere culturen, zoals bijvoorbeeld India, is het juist wanneer je jezelf spiritueel wilt ontwikkelen dat die scholen ontraden om seks te hebben.

Isaak: Juist niet. Juist niet. Het is hetzelfde dat men zegt dat de pastoor of de paters, eigenlijk hoe noemen jullie dat?

Celibatair

Isaak: Celibatair moeten zijn. Dat betekent dat je eigenlijk tegen hen zegt ze mogen geen seksuele drift hebben. Doordat er vele paters opgelegd werd dat ze dus niet mochten seksen, dus niet mochten trouwen of een partner mogen hebben, hebben ze dus eigenlijk hun seksuele drift op een andere manier eigenlijk uitgebuit. Daar zijn heel veel slachtoffers onder gevallen. Dus paters hebben zich uitgeleefd aan de jeugd, aan kinderen desnoods of leven zich uit aan degene die werkzaam is ook in die wereld, zeg maar, en wordt niet over gesproken. Kijk ernaar. Wij vinden dat we dus juist niets onder de stoelen en banken moeten schuiven. Seks is hetzelfde als eten en drinken. Als God jou niet zo had willen schapen had ie jou ook niet zo geschapen. Had ie jou alleen maar een drift gegeven om dus te baren net zoals dat de dieren loops worden dat ze even actief zijn. In een bepaalde periode worden ze dus seksueel driftig. Dan gaan ze dus loops worden: het vrouwtje wordt loops, de man die ruikt het, ze gaan met elkaar paren en dan krijgen ze dus eigenlijk nageslacht, zeg maar. Had God dat gewild, had ie dat wel ingelegd maar hij gaf jullie genot. God gaf jullie genot in vele manieren. Al het gene wat met de aarde te maken heeft, is genot. Daar mag je van genieten. Je mag gewoon met het openbaar vervoer je verplaatsen, je mag een auto hebben, je mag een fiets hebben, je mag in het vliegtuig stappen, je mag uit eten, je mag gaan zwemmen, je mag zo ontzettend veel. Waarom zou je dan niet mogen genieten van elkaar?

Andere therapeute: En het maakt voor God dan ook niet uit als het twee mannen of twee vrouwen zijn?

Isaak: Nee.

Andere therapeute: Daar loop ik bij collega's tegenaan. Mijn collega's lopen bij een kerk en die vinden het uit den boze. En ik kan me niet voorstellen dat God het niet toe zou staan. God is liefde.

Isaak: Precies. God is liefde. Dat betekent op het moment dat je dus eigenlijk liefde voor elkaar voelt. Ook seksuele liefde, kan ook. Er zijn ook mensen die voelen alleen maar seksuele liefde. Seksueel zijn ze gewoon verliefd op elkaar, trekken elkaar aan: we willen ons eigenlijk aan elkaar blootstellen en

als daar twee mensen in volwassenheid mee akkoord zijn, mag dat. Of je nou man-man bent, vrouw-vrouw bent, dat maakt niets uit. Zolang er geen misbruik gemaakt wordt van minderjarigen, dus eigenlijk kinderen die niet *nee* kunnen zeggen. Word je dus eigenlijk slachtoffer gemaakt door iemand die pedofiel heet? Dat is fout. Dat is een ziekte en dan moet je jezelf onder behandeling stellen. Omdat je mag nooit en te nimmer bloot paraderen aan een kind die dus geen *nee* kan zeggen omdat het nog geen volwassene is. Maar alles buiten dat kader in overeenkomst en overeenstemming: heb plezier zouden we zeggen. Die landen, dat zijn landen die geselen zichzelf om maar geen behoeftes te hebben. Stel dat je seksuele behoeftes hebt, pakken ze een gesel en gaan zichzelf geselen om eigenlijk die fysieke behoefte uit zichzelf te slaan.

Andere therapeute: Kastijden dus.

Isaak: Ja, kastijding. Is dat goed?

Andere therapeute: Nee.

Isaak: Natuurlijk niet. Dus jij voelt die drift. Die drift is er. Het is hetzelfde dat je wilt eten maar je geeft jezelf geen voedsel, dat is slecht. Dus geselen is: die pijn die jij binnen hebt, sla je eruit dus het mag niet. Dat is zo fout. Dus die mensen die dus in een hogere gradatie zijn en ze zouden geen behoefte meer hebben in seks, onze zegen hebben ze. Maar hebben ze behoefte aan en zij onderdrukken het dan zijn ze spiritueel nog lang niet daar waar ze eigenlijk horen of denken te horen zijn, zeg maar. Zolang je aards bent lieve kinderen, lieve lezers, onthoud jezelf niets. Kijk naar je behoefte en heb je behoefte om te vrijen, geef jezelf de vrijheid om dat te doen. Heb je behoefte om dus een dag te rusten, rust dan. Altijd de balans opzetten: mag ik nu rusten? Komt het nu uit voor mijn verantwoordelijkheden? Want ik heb nog verplichtingen. Stel dat je zegt: “Ik bel mijn werkgever af” omdat ik behoefte heb om de hele dag op bed te liggen puur uit luiheid dan zeggen we: “Kind verzet jezelf eigenlijk tegen je luiheid en ga werken”. Dan krijg je weer energie en dan zeg je achteraf: “Goed gedaan”. Dus altijd de balans opzetten: wat is mijn behoefte? Wat is mijn verantwoordelijkheid? Stel dat je nu hier in

gezelschap bent en je hebt zin in seks. Dan moet je niet meteen toegeven aan je drift. Dan wacht je gewoon eventjes af tot de tijd en gelegenheid jou gegeven wordt en heb dan seks. Stel dat je dan zo moedig bent en je zegt: “Goh, ik heb zin in seks” en de persoon hoort het en zegt: “Ga je gang” dan moet je nog zelf kijken of je het lef in je hebt.

Andere therapeut: Ik heb het gevoel dat je heel veel vriendjes hebt gehad. Nu je ouder en wijzer bent, zou je iemand ook het voordeel van de twijfel moeten geven. Stel dat iemand kaal is maar misschien heb je geweldige seks?

Patiënt: Ik heb afgelopen weekend iemand getroffen. Een ontzettend aardig iemand maar ik vind hem niet aantrekkelijk.

Andere therapeut: Iemand kan ook ontzettend aantrekkelijk zijn door zijn manier van praten maar als hij niet aantrekkelijk is op wat voor manier dan ook dan houdt het op.

Patiënt: Een goeie vriend van mij lijkt een hele leuke man maar ik kan niet altijd maar goeie vrienden blijven.

Isaak: Het moet ook aantrekken. De energie moet aangetrokken worden. Vrouw-man trekken elkaar aan. Zelf hebben wij al gesproken dat elke vrouw ook op hetzelfde geslacht kan vallen puur omdat je geestelijk eigenlijk zo op een bepaald level bent met mekaar. Dan voel je je prettig en veilig, ontzettend veilig voelen, kun je jezelf ook laten gaan. Dan is het nog: verhef jezelf boven je kaders van: nou, ik ben hetero dus ik mag me niet geven aan een vrouw. Of zeg je van: “Ik ga die ervaring tegemoet en ik geniet ervan?”

Patiënt: Sta ik niet te kritisch tegenover mannen?

Isaak: Nou, je bent niet kritisch. Je bent verlangend. Dat is anders. Dus je staat open, je vizier is open, je ontmoet mensen, dus anders zou je niet open staan dan zou je eigenlijk al tijdens het profiel kijken zeggen van: “Dat is niets”. Maar je staat open, je gaat een ontmoeting tegemoet. Maar ja, je bent een persoon die toch een bepaald verleden achter de rug heeft. Dus je weet wel: dit soort mannen wil ik wel in mijn bestaan en dat soort mannen wil ik

niet in mijn bestaan, het past niet in mijn bestaan. En jij moet duidelijk iemand hebben die sterk is, niet een zwak iemand.

Patiënt: Dat is het hem juist. Dan vind ik een sterk iemand en die vind ik dan weer niet aantrekkelijk.

Andere therapeut: Maar die mannen vinden jou wel aantrekkelijk. Voor hetzelfde geld ontmoet je iemand en die zegt: "Ik ga vanavond voetbal kijken". Hij kijkt normaal nooit voetbal maar net nu met het kampioenschap kijkt ie wel. Jij denkt: gatver hij kijkt naar voetbal, ik hou niet van voetbal. Maar hij kijkt maar één keer. Dan geef je iemand geen kans omdat je denkt: hij houdt van voetbal.

Patiënt: Nee hoor, dat maakt mij niet uit.

Isaak: Nee, nee ze is niet kritisch. Ze heeft iemand nodig in het samenzijn van gesprek waar ze zichzelf gelijkwaardig in voelt, waar ze dus het gevoel heeft dat hij in de wereld staat en niet buiten de wereld staat.

Patiënt: Dat ie niet afhankelijk is, ja.

Isaak: Dat ie niet afhankelijk wordt en dat ie zich kan bedruipen. Dat ie zijn verleden heeft afgesloten, dat ie niet nog met zijn exen in de maag zit.

Andere therapeut: Dan zijn ze nog niet zo ver.

Patiënt: Blijkbaar niet nee.

Isaak: Ja nou, er zijn genoeg exen maar ze moeten niet in de maag gaan zitten. Betekent: je moet het wel los hebben gelaten. Als je gescheiden bent, moet je door het verdriet heen en dan moet je niet meer die ex meenemen naar je toekomst en zeker niet in gesprek met die nieuwe partner. Mijn exen zo, mijn exen zus, mijn exen zo, eerst worden al die exen besproken en dan beginnen wij eens.

Andere therapeut: We hebben nog een hele belangrijke case zo te bespreken en de tijd begint te dringen.

Isaak: Oké, de volgende.

Patiënt: Ik ben een groot gever maar ik vind het moeilijk om te ontvangen.

Therapeut: Weet je zelf al wat de achtergrond is van jouw probleem?

Patiënt: Ergens zit er een stuk van verlegenheid en bescheidenheid en ook wel een mindervaardigheidsgevoel.

Therapeut: Is het voor jou ook makkelijker om te geven in de zin van: dan doe je iets voor iemand anders en dan ben je sterker?

Patiënt: Ja, dan word ik ook aardig gevonden.

Therapeut: Is ook wel een veilige positie hè? Als je ontvangt ben je kwetsbaar.

Patiënt: Ja, dat is wel zo.

Therapeut: Heb je er wel behoefte aan om te ontvangen?

Patiënt: Ja, dat geeft ook wel een stukje waardering.

Therapeut: Krijg je het wel?

Patiënt: Ik krijg het wel en ik probeer het ook wel toe te laten maar er is ook wel iets in me dat er niet helemaal van kan genieten.

Therapeut: Misschien moet je oefenen bij het ontvangen van een cadeautje?

Patiënt: Ja, ik ben wel blij met een cadeautje maar dan denk ik meteen van: dat had je niet hoeven doen.

Andere therapeute: Dan ontnem je op die manier een ander ook het plezier om te geven.

Patiënt: Ja.

Therapeute: Andersom als jij een cadeautje geeft aan iemand en die zegt: "Dat had je niet moeten doen". Hoe zou jij dat vinden?

Patiënt: Ja, ik beseef ook wel dat het vaak ook een soort spel is van: ik ben er heel blij mee.

Therapeute: Zou je het niet willen aanpakken?

Patiënt: Jawel.

Isaak: Mensen die niet kunnen nemen hebben een probleem en wat is dat probleem?

Andere therapeute: Geen gevoel van eigenwaarde?

Isaak: Ze gunnen het zichzelf niet. Ze gunnen het zichzelf niet.

Patiënt: Ik koop ook niets voor mezelf.

Isaak: Precies. Dus ik neem niet de tijd voor mezelf nu omdat ik gun het mij niet. Ik moet mijn tijd besteden aan alle anderen. Ik moet eigenlijk mijn verplichtingen voldoen, ik moet gewoon eigenlijk mijn geld uitgeven aan haar, haar, haar maar aan mij dan voel ik me eigenlijk schuldig omdat had ik wel een ander cadeautje voor iemand anders kunnen kopen. Dat zijn mensen die niets aan zichzelf gunnen. Dat is een groot probleem. Dat betekent dat jij hier ter aarde bent gekomen voor je eigen evolutieproces. Alles mag je hebben omdat alles in de maatschappij is eigenlijk voor jou omdat daar leef je in, in de maatschappij maar dan gun je het je niet, dan weiger je om het aan te nemen of je vindt het moeilijk om het aan te nemen puur van het feit van: ik gun het mij niet.

Patiënt: Ja, ik dwing mezelf om dat wel te doen. Ik zit dan te twijfelen. Net als dat ik in mijn agenda een middag plan voor mezelf en dan komt er weer wat tussen. Vaak is het zo in de praktijk dat afspraken af worden gezegd en dan heb ik tijd voor mezelf. Ik moet mezelf echt dwingen van: ik wil een paar nieuwe schoenen. Ik maak me er wel sterk voor maar toch loop ik er steeds tegenaan.

Isaak: Dat betekent dat jij het moet aan gaan leren. Jij moet gaan leren om een nemer te worden en dat je jezelf niet schuldig gaat voelen om een nemer te zijn. Omdat een nemer die natuurlijk is, voelt zich nooit schuldig. Een nemer die zich aanleert om een nemer te worden, voelt zich schuldig. Als jij veel waarde gaat hechten aan jezelf dat je zegt: “Ik mag het aannemen”, dan vraag je alleen maar om meer. Dan ga je nemen. Dat betekent dat je dus niet bang gaat zijn om te nemen. Dan ben je juist blij dat je ontvangt. Stel dat iemand op visite komt bij je en je krijgt een bloemetje zou je nooit meer zeggen: “Had je niet moeten doen”. Dan zeg je: “Goh, leuk dat je het hebt gedaan”. Dan geef je duidelijk aan dat je blij bent dat je dus eigenlijk een geschenk krijgt. En leer om dat uit te spreken van: goh, ik wens dat. Een voorbeeld. Stel dat iemand vraagt: “Wat wil je voor je verjaardag?”, zeg je: “Nou, ik wens dat” en dan ga je niet meteen denken: nou, het is zeker te duur of wat dan ook. Nee, ik wens dat. Nou, als er nou twintig mensen met de hoed rondgaan en je krijgt je wens dat is eigenlijk alleen wat je aangeeft. Mensen kunnen zelf nog altijd nee zeggen. Dus jij moet gaan leren in de loop van de jaren die je nog te gaan hebt om meer te gaan nemen.

Patiënt: Flink wat jaren hè?

Isaak: Ja, te gaan hebt ja, om meer te gaan nemen. Duidelijk?

Patiënt: Ja.

Andere therapeut: Maar moet dan ja worden hè. Eigenlijk moeten we je allemaal complimentjes geven zodat je dank je wel moet zeggen.

Patiënt: Ik heb van die standaardzinnnetjes zoals dank je wel maar ik voel me dan klein worden.

Andere therapeute: Net als dat iemand zegt: "Goh, wat heb je een leuke jurk aan" en dat je dan zegt: "Die is al zo oud".

Isaak: Of dat iemand zegt: "Goh, wat ben je knap" en dat je dan zegt: "Goh, nee dat vind ik niet". Of "Je bent slank", "Nee, ik vind me te dik". Je geeft jezelf eigenlijk een tegenstrijdigheid van het compliment dat je aangereikt wordt omdat je geen nemer bent. Dus je excuseert je haast dat je zo knap bent of dat je maatje small hebt, dat je zo'n goeie koker bent omdat je dus geen nemer bent.

Patiënt: Ik heb een heel mooi voorbeeld. Iemand had een heel mooi jurkje gezien voor Tresi en vroeg: "Welke maat heb je?" Ze zei meteen ik heb maatje 40, ik denk zo. Ik zou dat heel lastig vinden om dat te zeggen.

Isaak: Ons instrument vraagt juist als.....

Andere therapeute: Dat zou je niet durven zeggen.

Andere therapeute: Vorige keer had zij een leuk jurkje aan en toen zei Tresi tegen haar: "Wat heb je een leuk jurkje aan, welke maat heb je? Als het je te klein wordt mag ik het dan hebben?"

Patiënt: Ik vond dat heel spontaan. Bij mij zou dat voelen dat ik heel hebberig ben.

Isaak: Je mag hebberig zijn. Ons instrument is een gever. Ons instrument geeft de hele dag haar energie weg, haar liefde weg. Ze geeft zichzelf aan ons weg. Ze heeft geleerd om dus een nemer te worden. Omdat als je een gever bent, hoor je het tegenovergestelde ook in je leven te integreren. Dus als iemand jou wil plezieren met cadeautjes en jij neemt het niet aan, dan beledigt jij eigenlijk de ander. Omdat jij eigenlijk iemand het plezier ontnemt om voor jou desnoods te gaan winkelen of eigenlijk al de voorpet te hebben van: hoe zou zij ervan opkijken? Dus dat ontnem je. Dus als je een nemer bent, is hetzelfde dat jij dus bij wijze van spreken aandacht nodig hebt van je partner en je bent een nemer. Dan geef je aan: ik wil aandacht. Heel veel mensen die durven dat niet meer aan te geven omdat anders zijn ze een zeur.

Dus ze nemen eigenlijk de negativiteit van gemis maar ze nemen niet de positiviteit van aangeven. Ik geef het aan en de partner kan eigenlijk tegemoet komen maar geef ik het niet aan, krijg ik het niet hè.

Patiënt: Precies. Die afspraak had ik een paar jaren geleden al met mezelf gemaakt.

Isaak: Als iemand gereserveerd gaat raken, wordt de partner ook gereserveerd want die voelt dan de afwijzing van: hé ze wil niet aangeraakt worden. Ze wil met rust gelaten worden. Ze wil niet praten. Nou, uit respect voor d'r hou ik me ook in. Dus aangeven, communiceren, geef aan en als je dus eigenlijk een mooie jurk van iemand wilt hebben en die wil het je geven, geef ook aan welke soort jurk je wilt, dan krijg je tenminste niet een teleurstellende jurk oké. Als ie niet mooi is mag je het ook gewoon rustig zeggen: "Hij is niet mooi, wil je hem voor me ruilen", dat mag ook en dan moet je niet zeggen: "Oh, wat mooi" en dan gaat ie de kast in en dan ben je weer on dankbaar omdat je er niets mee doet. Dan kun je het beter aangeven.

Therapeute: Dat vind ik ook wel lastig.

Isaak: Aangeven. Geef aan. De persoon ziet je liever met de jurk lopen dan dat de persoon denkt: ze doet hem nooit aan.

Andere therapeute: Heb je dit van huis uit meegekregen?

Patiënt: Ik heb wel in mijn jeugd heel weinig gehad. Ik ben de oudste van de vijf en we hadden het niet breed.

Isaak: Dus jij moest eigenlijk een voorbeeldrol zijn in de familie omdat je dus de oudste bent. Dus dan heb je voor jezelf eigenlijk een keurig netjes madam neergezet hè, van: ik moet eigenlijk voor anderen zorgen en voor mezelf zorgen dat komt nog wel. Ik kom nog ergens aan de beurt.

Andere therapeute: Je neemt eigenlijk met te weinig genoeg.

Isaak: De volgende case.

De case met z'n allen? De bruiloft?

Is dit de case van Tresi?

Isaak: Ja.

Als iemand besluit bij zijn eigen gevoel te blijven....

Isaak: Dan stelt ze een ander iemand teleur en dat is nu op dit moment de partner.

Hij wil graag de ouders bij de bruiloft?

Isaak: Hij is enig kind en hij wil graag een huwelijksvoltrekking zodanig zijn als hij zichzelf heeft voorgesteld en natuurlijk met zijn familie erbij. Ons instrument had daar natuurlijk al moeite mee door al de voorgeschiedenis, wat er gebeurd is in al die afgelopen paar jaar. Dat ze dus afgewezen werd. Niet erkend werd. En doordat er een verhouding was tussen ons instrument en de ouders - dus ze hadden een goede verhouding - heeft Wybe daar goed misbruik van gemaakt. Eigenlijk die twee opgestoot tegen elkaar en daar is een breuk in gekomen. Dus Wybe heeft dus zijn eerlijkheid en oprechtheid niet eerlijk en oprecht bij de familie gebracht. Hij heeft misbruik gemaakt van de goedheid van ons instrument doordat hij steeds maar in vluchtgedrag ging naar zijn ouders toe omdat hij nog niet los kon komen van die familieband en ook niet kon kiezen voor ons instrument. Dat heeft zodanig veel pijn gecreëerd omdat er leugens verteld zijn. Ons instrument heeft een vredespoging gecreëerd dat zij zichzelf eigenlijk zodanig sterk maakte om naar het hotel te gaan waar de ouders die nacht slapen samen met Wybe omdat hij de volgende dag zou beginnen met zijn eerste werkdag in zijn nieuwe baan waar ons instrument en nog meerdere mensen in hebben geholpen dat hij daar aangenomen werd. Zij heeft ontzettend veel geleden omdat ze afgewezen werd aan de deur. Al haar goederen van geschenken en vergevingspogingen en ook de kracht tonen van: ik vecht voor degene die ik lief heb werden in de wind geslagen. Ze werd buitengezet uit het hotel en ze bleef de hele nacht verdrietig achter in de auto. De volgende dag is er een

vredeespoging geweest naar het werk toe van Wybe. Die vredeespoging heeft goed zijn vruchten afgeworpen maar in de tussentijd moest zij letterlijk en figuurlijk niet bestaan. Dat betekent hij ging met haar om en zijn ouders wisten er niets van. Tot hij met kerst - we zijn maanden verder - eigenlijk toe gedwongen werd om dus eigenlijk aan te geven dat er eigenlijk nog een relatie stond tussen ons instrument en Wybe. En dat puur omdat Chantal een sms-je naar de moeder heeft gestuurd met de mededeling: goed Wybe dat je de nacht bij ons instrument hebt doorgebracht omdat er vele ongelukken zijn gebeurd onderweg. Dus hij werd toe gedwongen. Nu werd hij weer toe gedwongen om eigenlijk zijn belofte van trouwen met je na te komen. Dit jaar zou plaats moeten vinden anders zou de relatie een einde aan krijgen. Hij dacht dan doe ik het wel makkelijker. Wij vliegen naar een warm oord. We trouwen daar. We sturen een kaart in de brievenbus. Dan hoeven we onze ouders niet te confronteren met een huwelijk. Dat is het gene wat ons instrument weer niet wenst. Zij heeft dus eigenlijk een huwelijk georganiseerd. Hij is erin meegegaan met een toeschouwend oog. Zij heeft aangegeven tijdens een kort verblijf dat hij op een booreiland was van: zou je dan niet zes weken de tijd - omdat dat huwelijk vindt over zes weken plaats – nemen om even tot jezelf te komen? Goed over nadenken of je wilt trouwen? Dan stortte hij in, hij riep hard: “Ik wil trouwen”. Maar nu komt hij wel met het initiatief: dan moet er eerst een gesprek plaatsvinden tussen mijn ouders en ons instrument. Dan kan het huwelijk pas plaatsvinden.

Heftig verhaal.

Wil Tresi nog wel met hem trouwen?

Isaak: Ja.

Voelt het voor haar nog wel goed?

Isaak: Ja. De liefde die zij voor Wybe voelt, heeft ze in 28 maanden nooit kapot laten maken door de omstandigheden die er waren. De omstandigheden waren niet goed maar de liefde was wel goed. De liefde heeft het overwonnen van de omstandigheden. Wybe heeft zijn gedrag

aangepast. Zijn agressiviteit en al het gene wat hij verricht heeft, is verleden tijd. Dat boek wil ze ook sluiten. Maar Wybe heeft een breuk verricht tussen de ouders en ons instrument. Nu zijn ze uitgenodigd voor het huwelijk. Heeft ons instrument toestemming voor gegeven. Dat betekent dat zij op die dag komen. Wybe is bang dat er eigenlijk een slechte energie gaat ontstaan. Dus hij wil vooraf liever de energie zuiveren. Ons instrument zegt eigenlijk simpelweg: “Ze komen, ik blijf bij mezelf en ik zie het wel”. Wybe zegt: “Op het moment dat het huwelijk niet goed is, de huwelijksvoltrekking eigenlijk slecht aanvoelt, dan ga ik desnoods nog binnen twee weken de echtscheidingspapieren aantekenen omdat ik wil niet dat ik een slecht huwelijk heb”.

Dit is ook niet echt respectvol naar Tresi toe.

Isaak: Nee.

Hoe voelt dat dan voor Tresi?

Isaak: Pijnlijk.

Is het dan nodig om te trouwen?

Isaak: De huwelijksvoltrekking vindt plaats uit liefde. Betekent liefde is er. Alleen Wybe zou moeten gaan kiezen tussen zijn geliefde en tussen zijn eigen behoeftes. Heeft hij behoefte om te trouwen? Moet hij dat aangeven. Maar Wybe heeft het gevoel dat hij onder druk gelegd wordt omdat ons instrument zei: “Twee jaar geleden is er een aanzoek gedaan. Laten we dan dit jaar trouwen”. En hij heeft akkoord gegeven, denkend dat het een makkelijk huwelijk zou zijn: trouwen in het buitenland, kaartje in de bus, klaar is kees en dan hoeft ik de confrontatie niet aan. Dus Wybe is bang voor de confrontatie. Nu wil hij deze stelling hebben puur voor het huwelijk en dat hij als getrouwde man toch nog een relatie heeft in goede opzichten met zijn ouders en ons instrument aan zijn zijde en daar heeft ons instrument absoluut geen behoefte aan.

Dus Tresi heeft geen behoefte aan een confrontatie met Wybe's ouders?

Isaak: Wybe eist van ons instrument dat zij voor het huwelijk, dus over twee weken op de verjaardag van de moeder, eigenlijk in gesprek gaat met de moeder. En de vader zit er natuurlijk als een toeschouwer bij.

Wat is daar dan de bedoeling van?

Isaak: Wybe vindt dat de lucht geklaard moet worden en dat eigenlijk vrede gesloten moet worden voor de huwelijksceremonie.

Maar dan heeft Wybe wel deel aan het gesprek?

Isaak: Ja, en hij vindt dat ons instrument niet oprecht en eerlijk is dat ze hem die kans niet geeft om het weer goed te maken. Omdat hij geeft eerlijk toe dat ie het verpest heeft, dat ie niet eerlijk is geweest en hij zegt: "Als we één gesprek hebben gehad kunnen we altijd bepalen van hoe het verder loopt en als ze dan niet willen komen op de huwelijksceremonie dan is het mij ook om het even". Maar dat is geen waarheid omdat het gesprek daar hangt het hele huwelijk aan vast.

Maar willen de ouders het gesprek ook of wil Wybe het alleen?

Isaak: Dat is dus eigenlijk nog onbekend omdat Wybe zegt dat de ouders hebben een kaart gestuurd voor ondertrouw. Ons instrument heeft een sms-je teruggestuurd van bedankt. In de tussentijd is er geen antwoord of sms verkeer geweest dus dat betekent dat ons instrument niet bekend is hoe de ouders er tegenaan staan. Maar in vroege tijd is het wel bekend dat hij eigenlijk de hele boel eigenlijk manipuleerde zodanig om het in zijn straatje heen te krijgen. Een voorbeeld: net voor het geval wat we net noemden, de hotelkamer. Net de dag van tevoren was eigenlijk een verjaardagsfeestje. Wybe vroeg: "Ga je mee?"

Niet op het verjaardagsfeestje praten maar daarvoor en ik vind dat het instrument duidelijk moet maken dat ze met Wybe trouwt en niet met de ouders.

Isaak: En vinden jullie dat er een gesprek plaats moet vinden tussen de ouders en ons instrument?

Ik denk zelf dat Wybe zelf met zijn ouders moet praten en hij uit moet leggen wat er gebeurd is en als zijn moeder daar boos over is dat hij dat zelf moet goedmaken.

Isaak: Zijn ouders zijn niet meer boos op Wybe. Wybe zegt ook dat zijn ouders niet meer boos zijn op ons instrument maar zijn ouders zijn bang voor de confrontatie. Dat betekent dat zij ons instrument gaan zien na de laatste keer dat ze haar uit de hotelkamer hebben laten verwijderen, haar onterecht hebben behandeld en die sfeer die dan ontstaat. Vele familieleden zijn uitgenodigd. Dat betekent dat al het gene daar ook in samenhangt. Op het moment dat ons instrument ja zegt op het gesprek weet Wybe dat ons instrument vrijgevig is en eigenlijk weer terugvalt in de oude rol van goede schoondochter maar ons instrument heeft daar geen behoefte aan.

Is er een excuus geweest van de schoonouders naar uw instrument toe?

Isaak: Nee.

Zou dat excuus geaccepteerd worden?

Isaak: De schoonouders hebben zelf Wybe voor de keuze gesteld: “Het is zij of wij”, toentertijd. Ons instrument zei toentertijd in de hotelkamer: “Hij kiest voor mij”. Dus betekent ons instrument. Dat is ook gelukt, dat is ook gebeurd. Het heeft lang geduurd in maanden en maanden tijd om Wybe zodanig los te krijgen van de macht van zijn moeder. Zijn moeder opende nog steeds de post. Hij woonde bij ons instrument, de post werd nog steeds doorgestuurd naar de moeder, zij las de post, dus ze stuurde hem door. Ze had volledig de controle over Wybe’s bestaan en hij moest loskomen.

Moeders kindje dus.

Isaak: Enigs kindje.

Dat klinkt ook wel of er heel veel angst is van zijn kant. Het klinkt wel of hij wil trouwen maar hij kiest ook voor zijn ouders.

Isaak: Ja.

Waarom kiest ie zo'n harde lijn van eisen, moeten en scheiden? Als van tevoren de lucht geklaard moet worden, dat kan dan toch niet met deze woorden?

Is het voor uw instrument belangrijk om het verleden op te rakelen?

Isaak: Nee.

Is het voor Wybe belangrijk om het verleden op te rakelen?

Isaak: Nee.

Hebben de ouders er baat bij om het verleden op te rakelen?

Isaak: Ja, op het moment dat het verleden opgerakeld wordt, dan worden eigenlijk een aantal verklaringen naar voren gebracht. Dat betekent dat ook ontzettend veel leugens eigenlijk ontmaskerd gaan worden. Nou, we hebben een heel boek geschreven van 'Wybe, wat doe je nou?' We kunnen het boek ook opsturen en dan kunnen ze ook al lezen wat Wybe allemaal heeft uitgevogeld in de tussentijd. Wybe heeft zelf nog toestemming gegeven dat het boek daar naartoe mag. Ons instrument heeft het tegengehouden omdat het beter is om het tegen te houden omdat de waarheid doet zeer.

Maar wiens probleem is het?

Isaak: Het probleem is: of beëindiging van de relatie, of hoop hebben dat hij toch voor d'r gaat kiezen en dat de huwelijksceremonie toch plaatsvindt in deze korte tijd. En dat ons instrument later niet met financiële problemen komt te staan omdat Wybe heeft natuurlijk geen financiële daadkracht. Betekent al de gemaakte kosten zouden weer op ons instrument vallen.

Waarom heeft Wybe nog steeds niet gekozen tussen Tresi en zijn ouders?

Isaak: Hij heeft gekozen voor ons instrument in samenwonen contract. Samen gaan we wonen. Dat is met veel moeite gepaard geweest. Het was niet makkelijk voor Wybe om die stap te nemen. Hij werd ook onder druk gezet. Daarom heeft hij opeens toch die stap genomen. Gezamenlijke rekening openen was ook eigenlijk een grote stap, zich inschrijven was al een grote stap. Alles kostte moeite omdat hij los moest komen van zijn ouders. Op het moment dat de relatie slecht gaat tussen ons instrument en Wybe heeft Wybe nog steeds de gedachte: ik kan voor overplaatsing vragen in de omgeving waar zijn ouders wonen en dan gaat ie weer terug naar huis.

Dus hij zit nog steeds aan een elastiekje.

Isaak: Hij zit nog steeds besluiteloos. Hij wil met ons instrument verder omdat hij voelt de liefde voor ons instrument maar hij is bang om los te komen van zijn ouders omdat hij van zijn ouders houdt en hij is bang op het moment dat het uit de hand gaat lopen dat hij bij wijze van spreken niet meer naar zijn ouders kan gaan. Terwijl dat absoluut niet vanaf het instrument's oogpunt zou gaan gebeuren maar hij is bang dat het of desnoods vanaf de familiekant gaat gebeuren, dat is een verlies. Dus dan blijft ie steeds schipperen.

Hij moet aan zijn ouders vragen of zijn ouders hem de liefde van zijn leven gunnen. Als ze dat niet doen, kan hij zelf besluiten om met zijn ouders te breken en verder te gaan met het instrument.

Isaak: Zij gunnen hem zijn nieuwe leven, dat wel. Ze willen niet dat er problemen zijn. Daar gaat het niet om. De vraagstelling is: moet ons instrument een gesprek aangaan? Wybe gaat nog steeds naar zijn ouders toe, spreekt nog steeds vrijuit daar, wat hij zegt is onbekend bij ons instrument.

Ik denk niet dat het de verantwoordelijkheid is van uw instrument om met zijn ouders te spreken maar dat Wybe dat zelf moet doen.

Isaak: Maar zij willen dat de sfeer tussen het instrument....

Ze kunnen zoveel willen.

Isaak: Precies. Zij willen dat de sfeer tussen het instrument en de ouders opgeklaard is omdat tijdens die dag moet die sfeer opgeklaard zijn.

Wie bepaalt dat? Het is het huwelijk van uw instrument en Wybe.

Wat kan uw instrument dragen? Ik heb natuurlijk veel meegemaakt ook en over geven en nemen gesproken ik zie wel dat uw instrument blijft geven en buigen. Wanneer houdt het nou eens op? Dan is het weer dit en dan weer dat.

Als er geen financiële gevolgen zouden zijn, is het dan wel nodig om de bruiloft door te laten gaan?

Isaak: Op dit moment zou de bruiloft nog afgezegd kunnen worden zonder dat er financiële problemen ontstaan. Behalve dat er al een bruidsjurk is gekocht en een aantal zaken maar daar draait het niet om. Het draait om dat Wybe in staat is om op het laatste moment een bruiloft af te zeggen. Zelfs de dag zelf en het gaat om dat op dat moment eigenlijk de nodige kosten zijn gemaakt.

Dus hij heeft de macht.

Isaak: Daarom heeft ons instrument hem aangedragen: ga zes weken op jezelf wonen, ga goed over nadenken. Dat is voor hem eigenlijk ook een druppel geweest van: als ik dat moet doen dan stop ik met de relatie meteen.

Dat is weer de macht hebben.

Ook hij heeft macht, niet alleen zijn moeder.

Hij moet tegen zijn ouders zeggen: "Gunnen jullie mij de liefde van mijn leven?"

Als ik hem zo hoor, denk ik ook niet dat hij ertoe in staat is om tegen zijn ouders in te gaan.

Hij wil van twee walletjes eten.

Ik vraag me ook af van: wat wil Wybe nou zelf? Wat is nou eigenlijk zijn eigen keuze? Hij zit tussen twee sterke krachten in en hij kiest niet zelf echt voor zijn eigen keuze.

Isaak: Heeft ie nou werkelijk gekozen voor het huwelijk? Zou moeten blijken maar blijkbaar is ie bang om ook een huwelijk in te stappen omdat het moment dat ie geen angst zou hebben zouden er eigenlijk geen argumenten meer aangeleverd worden die het huwelijk in twijfel gaan brengen. Dat betekent dat Wybe wil trouwen maar ook bang is om te trouwen omdat hij weet dat een huwelijk een verbintenis is voor het leven en hij wil maar één keer trouwen. Dus de ene keer dat hij tot huwelijk over wil gaan, is nu besproken. Het moment dat het te dichtbij komt dan gaat ie weer argumenten vinden om dus eigenlijk de negatieve energie in de relatie te zetten waar ons instrument op gaat reageren en Wybe weet hoe ons instrument is. Hij weet ook dat ons instrument zei: “Er wordt getrouwd dit jaar, anders is het uit”. Dat was eigenlijk voor hem al duidelijk van: nou, dan weet ik waar ik sta. Hij weet ook dat als dit huwelijk niet plaatsvindt dat het dan ook uit gaat. Dus hij staat zelf in een onmachtige positie van: ga ik nu over die grens heen en ik trouw met ons instrument of ga ik nu in angst verkeren en al die argumenten van mijn ouders hierbij betrekken om het huwelijk niet door te laten gaan?

Het instrument moet een gesprek aangaan vlak voor de verjaardag en niet op de verjaardag zelf. Het instrument moet tegen de aanstaande echtgenoot zeggen: “Ik ga niet in gesprek als ik niet in mijn waarde wordt gelaten”.

Isaak: Ons instrument's behoefte om naar die mensen toe te gaan, de schoonouders, is er niet. Omdat zij is zo ontzettend op haar hart getrapt. Ze is zo denigrerend behandeld die tijden dat zij dus eigenlijk niet bestond. Die energie heeft haar ontzettend vaak eigenlijk in eenzaamheid achtergelaten. Zelfs de schoonouders, de moeder's vader, is pas overleden. Zij was niet

welkom op de begrafenis, wel ieder ander. Dat deed haar ook ontzettend zeer en dat is maar kort geleden. En waarom zou ons instrument wel over moeten gaan tot openstaan voor haar dag indien zij wel openstaat voor Wybe maar niet achterstaat wat haar hart betreft. Haar hart doet zeer. Het is wel zo dat ons instrument die dag aan wil kijken. Op het moment dat die mensen eigenlijk om vergeving zouden vragen of aardige woorden zouden gaan spreken met ons instrument zou ons instrument wel open staan voor het ontvangen daarvan maar ze is niet van plan om voor die tijd zichzelf te laten roepen in een soort auditie om dus eigenlijk een soort voorhuwelijk te creëren om dus met Wybe te kunnen trouwen. Dat wil ze niet. Maar dat betekent dat zij een groot risico neemt en dat risico is omdat ze kent Wybe: dat hij op de dag zelf het huwelijk afblaast.

Als hij dat doet, weet ze natuurlijk ook meteen waar ze aan toe is.

Isaak: Dat betekent wel dat degene die eigenlijk haar grote liefde is op dit moment wel door haar zogenaamde koppigheid die zo bestempeld wordt...

Dat is geen koppigheid.

Waarom kunnen ze niet gewoon blijven zoals het nu is?

Dat vraag ik me ook af. Wat is de meerwaarde van dat papiertje?

Als het nou zoveel problemen oplevert.

Waarom heeft het instrument gezegd: "Als we niet binnen een jaar getrouwd zijn, is het uit?"

Isaak: Omdat het instrument ten huwelijk is gevraagd twee jaar geleden. En het instrument heeft hem ten huwelijk gevraagd in februari, zouden ze in het huwelijk gaan treden, dat stelde ze voor. En een tijd van tevoren heeft ze hem ten huwelijk gevraagd, de maand weten we niet, denk drie maanden van tevoren. En omdat de situatie thuis zodanig was dat zijn ouders niet wisten dat hij omging met ons instrument, eigenlijk stiekem, kon hij niet trouwen, is

het zodanig geëscaleerd daar in de Euromast dat ons instrument zichzelf voor dertien uur in de cel heeft bevonden. Hij heeft haar in de cel gesmeten.

Nou....

Isaak: En dat krijgen jullie allemaal te lezen in het boek ‘Wybe, wat doe je nou?’ Van huwelijksaanzoek tot cel. Heeft puur mee te maken dat het zodanig uit de hand is gelopen en hij moest de volgende dag het vliegtuig pakken, bang om zijn eerste zakenreis te verpesten. Hij woonde in zijn stacaravan. Hij riep ons instrument naar zijn stacaravan en voordat hij het wist heeft ons instrument zijn ruitjes ingeslagen en toen heeft hij de politie gebeld en ze werd opgepakt en voor dertien uur opgesloten.

Sorry, maar dat vind ik niet kunnen.

Isaak: Dat is ook zo maar dat heeft allemaal met het boek te maken van ‘Wybe, wat doe je nou?’ Ze moest twee jaar van haar leven opofferen om jullie te kunnen vertellen van hoe.

Dat snap ik ook maar ze moet toch ook met haar eigen leven bezig zijn?

Isaak: Dat is ook zo. Na 14 februari is die deadline bereikt. Is een hele andere dimensie gekomen en die dimensie is dat er absoluut niet meer een geschiedenis moet gaan zijn zoals in het boek van ‘Wybe, wat doe je nou?’ Dat moet afgesloten zijn en dat is ook afgesloten. Dus de boodschap tijdens het boek is werkelijk aangekomen zoals bij Wybe en zoals misschien bij vele mensen.

Nou....

Isaak: Nou, we sluiten af, het is 22.00 uur.

Geen advies voor Tresi? Ze mag het dus zelf uitzoeken?

Isaak: We dachten dat onze gasten dat zouden geven. Wat vinden jullie zelf?

Ze moet bij zichzelf blijven.

Isaak: Wij vinden dat ons instrument bij haar zelf moet blijven. Zij geeft de boodschap aan velen, via onze woorden, onze overschaduw, vertelt ze jullie dat jullie bij jullie zelf moeten blijven, de behoeftes moeten volgen met die consequenties van dien. Wij vinden precies hetzelfde. Ons instrument wil gaan trouwen, dan mag ze het huwelijk voltrekken maar betekent wel dat zij dus dit geval eigenlijk moet aangaan en eigenlijk puur moet zeggen: “Dan zien we wel of er een voltrekking gaat zijn, wel of niet”. Moment dat zij de voltrekking niet aangaat, dan is de relatie over omdat de schade is dan verricht. Nemen we aan dat ons instrument op dat moment werkelijk bij haar besluit blijft en zegt: “Dan is de relatie over”. Ons instrument kennende is ze ontzettend vergevingsgezind maar als iemand overgaat tot een *nee* zeggen tijdens een huwelijksvoltrekking hopen we dat ons instrument dan toch sterker is dan haar emoties en haar behoeftes om met deze heer door het leven te gaan. Dat is ons antwoord. Tot de volgende keer.

Bijeenkomst 14 september 2010

Isaak: Goedenavond.

Goedenavond.

Isaak: Heerlijk is het toch. Op het moment dat je hier ter aarde een besluit kan nemen, een besluit kunt nemen dat ooit een besluit is, maar toch weer terug kan keren in een ander besluit. Hoe heerlijk is dat niet om terug te komen van een eigen besluit. Velen van jullie hebben ooit in de tijd een besluit genomen en vaak is het zo dat het besluit dat je op dat moment neemt een moment besluit is. Je kiest op dat moment. Maar stel dat je terugkomt op het besluit dat je hebt genomen. Welk besluit is het juiste?

Ieder besluit is het juiste.

Isaak: Precies. Is het enige, echte antwoord. Ieder besluit is het juiste besluit. Maar vele mensen zijn bang om een besluit te nemen omdat ze bang zijn om het verkeerde besluit te nemen. Maar lieve mensen, is er ooit een verkeerd besluit?

Nee.

Isaak: Wanneer is er een verkeerd besluit? Nooit. Op het moment dat je besluit, besluit je omdat je dat voelt of je denkt dat het zo hoort. Stel dat je denkt dat het zo hoort, maar het hoort niet zo, maar toch denk je dat het zo hoort, is het dan nog steeds het verkeerde besluit?

Nee.

Isaak: Nee. Dus eigenlijk geven wij jullie nu hier het vrijbriefje om alle besluiten te nemen die je wilt nemen. Dus welk besluit hebben jullie genomen? We beginnen aan deze zijde.

Ik heb besloten dat ik een cursus gebarentaal ga volgen om mensen die doof en slechthorend zijn beter te begrijpen. Dat heb ik pas besloten en ga ik ook echt doen.

Isaak: Mooi besluit. Hoe komt het dat je dat besluit tot je hebt genomen?

Omdat ik zelf bijna 50% van mijn geboor mis en je daardoor merkt hoe lastig het is als je jezelf niet verstaanbaar kunt maken en zeker als je mensen niet verstaat. Ik vind dit al van jongs af aan interessant. Als je naar de tv kijkt en je ziet zo'n doventolk bij het Jeugdjournaal of iets, dan denk ik: dat zou ik ook willen leren. Ik wilde logopedist worden maar ben het nooit geworden. Ik ga het toch doen en heb de cursusinformatie al opgevraagd.

Isaak: Mooi, is een goed besluit.

Ik blijf erbij ook al is het moeilijk.

Isaak: Gelukkig hebben wij het gevoel dat jouw aandoening niet voor niets is.

Je leert ervan en ik kan er iets mee.

Isaak: Precies. Je leert altijd en je moet altijd blijven leren en je moet nooit blijven stilstaan. Wat voor leeftijd je ook mag dragen in dit fysieke voertuig dat je hebt, wees altijd een nieuw besluit op het moment dat je weet dat er een besluit genomen moet worden. Voel je geprezen en ga ervoor en of er een werksituatie uitkomt dat is niet het besluit dat je hebt genomen. Het besluit heb je genomen vanaf het moment dat je hebt besloten om dat besluit te nemen toch?

Ja.

Isaak: Mooi zo. De volgende.

Ik heb besloten om me te concentreren op mezelf en op mijn praktijk in plaats van op allemaal bijzaken waar ik me allemaal in verward heb zoals commissies en het geven van bijscholingen. En me meer te concentreren op mijn collega's dan op mezelf. Daar heb

ik wel inkomsten uit misgelopen doordat ik me teveel verdiep in anderen. Ik ben nu op mezelf teruggeworpen, op mezelf als persoon maar ook om mijn missie uit te gaan dragen om healer te worden. Dat is wat ik besloten heb en dat voelt heel goed.

Isaak: Mooi besluit.

Ja, dat vind ik ook.

Isaak: De volgende.

Ik heb een heel ander soort besluit genomen. Ik heb een moeilijke besluit genomen omtrent een vriendschap die ik al dertig jaar had. Door iets wat gebeurd is en waar ik teleurgesteld in ben en met de bijeenkomsten hier in gedachten nemend, heb ik besloten er geen energie meer in te stoppen en het los te laten. Ik weet niet of het een juist besluit is.

Isaak: Mooi besluit.

Op dat moment was het een goed besluit.

Isaak: Mooi besluit en dat komt puur omdat het een besluit is uit je gevoel. Je gevoel vond het niet meer goed. Je verstand liet je schuldgevoelens voelen door het feit dat er zoveel jaren heen zijn gegaan. Betekent: men neemt niet zo gauw een besluit om zoveel jaren eigenlijk naar het verleden toe te brengen. Betekent dat je toch goed hebt overwogen zoals men dat zegt. Maar ja, je moet niet overwegen, je moet voelen. Dus een mooi besluit.

Dank je.

Isaak: De volgende.

Ik heb besloten om vooral de besluiten die ik heb genomen ook uit te voeren. Ik heb de neiging om dingen die ik echt wil een beetje te laten versloffen. Ik ben een opleiding twee jaar geleden begonnen en dat schiet maar niet op en nu ben ik daar serieuzer mee bezig. Het is een besluit nu om die opleiding ook echt af te maken.

Isaak: Eigenlijk moet je nu besluiten om niet meer besluitloos te zijn.

Ja.

Isaak: Dat betekent, ik besluit om alles af te maken waar ik aan begin. En op het moment dat je het afgerond hebt, dan pas ben je klaar en niet vooraf. Mensen die oppakken en niet afmaken zijn mensen die bang zijn om het niet goed te doen. Dat betekent dat hun energie overal heengaat maar gaat niet heen naar het afmaken van het gene waar zij in eerste instantie voor hebben besloten. Dus ik heb besloten om dat op te pakken maar ik heb het niet afgemaakt omdat ik ben bang geworden in de tussentijd van: is het wel een goed besluit? Dat wil niet eens zeggen dat jij weet dat je bang bent. Het kan zijn dat je dus afgeleid wordt uit angst en dat is de achtergrond. Dus de gedachte achter de gedachte is de gedachte die telt en soms weet men niet eens welke gedachte achter de gedachte is. Dus jij hebt besloten om af te ronden. Betekent ook dat jij hebt besloten om je goed te voelen omdat als je afrondt, ga je jezelf goed voelen. Is toch simpel of niet?

Jazeker.

Isaak: Niemand voelt zich goed als iets niet afgerond is. Als je een trui gaat breien en hij is maar half af voel je jezelf niet goed bij. Als ie af is en je laat hem zien aan je medemens dan voel je jezelf goed bij; kijk wat ik heb gedaan. En of je de trui nou nooit of te nimmer aantrekt, is ons om het even. Het gaat om het afronden van. Goed besluit. We hopen alleen dat het een besluit voor je is. De volgende.

Ik heb besloten om meer te gaan leven naar mijn behoeftes op het moment.

Isaak: Het besluit ligt in?

Dat ik meer ga luisteren naar mijn gevoel en besluiten neem in het moment van: wat ga ik doen? Of hoe reageer ik?

Isaak: Dus je hebt besloten om te leven vanaf het moment van moment.

Ja, of je kunt zeggen in het nu.

Isaak: Dat is hetzelfde. Dat is een goed besluit. Kun je het?

Nee, niet altijd maar dat is wel mijn streven.

Issak: Dus je hebt een voornemen. Een voornemen is anders dan een besluit. Een besluit betekent het moet, is geen voornemen meer. Op het moment dat je voorneemt van: ik ga die opleiding volgen, heb je nog niet besloten. Dus je moet besluiten om in het nu te gaan zitten. Van: ik ga voornemen om dan en dan op bezoek te komen. Maar voornemens worden heel vaak overschaduwd maar besluiten niet. Besluiten staan definitief. Ik besluit om de relatie te beëindigen is wat anders dan ik ga het me voornemen om te doen. Ja, er kan altijd van alles tussen komen hè. Iemand anders kan jou overtuigen. Dus jij hebt je voorgenomen maar ja, je moet gaan besluiten om in het nu te gaan leven. Maar dan willen we eerst gaan kijken: wat belet je om in het nu te leven?

Dingen die de omgeving van mij wil.

Isaak: Dat besluiten we nu los te laten.

Ja.

Isaak: Wat nog meer?

Mijn gedachtes, zorgen maken en dat soort dingen.

Dan besluiten zij dat jij iets niet mag doen terwijl jij het wel besloten hebt. Jouw omgeving wil het niet, zeg je?

Ja, mijn omgeving wil me wel dingen opleggen, ja.

Isaak: Niemand kan wat opleggen. Niemand kan jouw besluit in de weg staan op het moment dat je werkelijk hebt besloten. Op het moment dat je zegt:

“Ik ga die kant op” en iemand anders belemmert je daarin, ga je nog steeds die kant op omdat je hebt besloten om dat te doen. Dus jij besluit om in het nu te zitten. Jij besluit om al die mensen los te laten die jou beperkingen geven. Jij besluit dat toch? Dat betekent dat jij een heel gemene vrouw gaat worden.

Er wordt gelachen om Isaak's woorden.

Isaak: Dan besluit je dat ook. Dan hebben we eigenlijk al een doel. Ik laat me niet meer de les voorlezen. Ik ga mijn eigen weg op zoals ik dat wil. Degene die mee wil lopen, loopt mee. Degene die wil stilstaan die staat stil. Mooi besluit. De volgende.

Het besluit dat bij mij naar boven komt, lijkt hier wel op. Ik wil zelf mijn eigen leven tot een succes maken. Ik wil mijn eigen behoeftes volgen en niet me laten afleiden door wat ik denk dat ik moet doen of wat er van me verwacht wordt.

Isaak: Een heel mooi besluit. Een heel draagkrachtig besluit en ook een daadkrachtig besluit. Je draagt hem en je zet de daad erna. Een mooi besluit. Hoe kom je aan dat besluit?

Het kwam net in me op toen het rondje begon. Dit kwam bij me op dat ik dit wil besluiten. Misschien ook wel door de lessen die we eerder gehad hebben. In het begin dacht ik: je eigen behoeftes volgen is wel egoïstisch maar nu denk ik steeds meer dat het toch wel goed is.

Isaak: Oh, gelukkig. Ooit in de tijd, en mijn naam is Isaak, heb ik besloten om een opleiding te volgen die noemen we: geestelijk meester worden. Het heeft jaren geduurd in jullie telling. Het was een goed besluit. Maar dat betekent wel dat wij jullie kinderen steeds maar moeten sturen en instrueren hoe jullie in het leven kunnen zijn, werkelijk kunnen zijn ondanks dat voertuig. Dat voertuig van jullie wat voor belemmering is dat niet?

Soms wel.

Isaak: En het moment dat je buiten dat voertuig gaat stappen en je besluit puur te zijn zoals je bent, of je nou klein of groot of dik of dun bent, of oud of jong. Het heeft mee te maken dat je tevreden bent, wel of niet? “Ja”, zegt men. En als je tevreden bent met wie jij bent dan zijn wij tevreden. Zolang mijn naam Isaak is, is dat besluit dat ik toentertijd heb genomen: ik ga de kinderen weer terugbrengen bij henzelf omdat als ze bij zichzelf zijn zoals ze zijn, uniek, dan zijn wij tevreden. En jij, schone vrouw, hebt besloten en dat is een goed besluit. Ondanks de wereld waar jij vandaan komt, de wereld van psychologie, moet jij je eigen psycholoog zijn en de psycholoog die jij moet zijn is: ik leef mijn eigen leven. Als ik de jas aan heb als psycholoog ben ik die jas omdat ik die functie betreed en ik heb eervol die functie verdiend. Maar buiten die functie ben ik nog steeds dat mens met de naam die ik draag. Mooi zo. De volgende, de gast nu.

Ik heb in eerste instantie besloten om hier vanavond aanwezig te zijn.

Isaak: Een mooi besluit.

Ik heb een tijdje terug besloten om voor mezelf te gaan kiezen in het leven.

Isaak: Een heel heftig besluit. Omdat als we nu naar deze medestudenten onze blikken gaan keren dan gaan we even een klein voorbeeld noemen. Stel, en daar kunnen jullie als goede studenten jullie woorden op neer gaan zetten. Stel dat je besluit om wat hij zei voor zichzelf te kiezen, en wat is uw leeftijd nu?

56 jaar.

Isaak: 56 in het fysieke voertuig. Betekent: 56 jaar heeft ie besloten om dus te leven zoals het hoort te zijn. Een goed, eervol mens met pogingen toe om goed in zichzelf te manifesteren, met pogingen toe zeggen we eigenlijk al. Soms mislukt een poging, bij ieder hè, bij ieder, geen enkel uitgezonderd. Maar als je je leven leidt en je leidt je leven in het woord van geven, wordt het ook een tijd waar het woord van.....

Ontvangen.

Isaak: Nemen komt. Nou, wat ga jij nu nemen? Je gaat de verantwoordelijkheid nemen van je eigen leven.

Precies.

Isaak: Dat is een mooi besluit. Niet de verantwoordelijkheid van niemand anders leven dan van je eigen leven en als je dat doet gaat de glimlach opkomen en dan ga je zeggen: “Hè, hè, het werd tijd”.

Het werd tijd.

Isaak: Maar stel dat jij een gever bent en dat ben jij in vlees en dat ben jij in geest. Hoe moeilijk is het dan niet om een nemer te worden? Weten jullie dat kinderen?

Dat is heel lastig.

Isaak: Heel moeilijk hè.

Kan dat met een besluit?

Isaak: Als je besluit om een nemer te worden, dan ga je zien wie nog over blijven.

Oké.

Isaak: Oké, dat betekent dat je dus in eerste instantie altijd maar hebt gegeven. Maar stel dat je een gever bent. Wat gaan de mensen om je heen doen? Nemen. Maar als je niet meer neemt omdat er niet meer gegeven wordt. Wat gaan mensen doen?

Dan lopen ze weg.

Isaak: Opstandig zijn of weglopen, heel goed. Dus dat betekent dat we nu gaan zien wie er overblijven. Maar er is een spreekwoord, dat hebben jullie zelf verzonnen en dat noemen we: opgeruimd.....

Opgeruimd staat netjes.

Isaak: Dus als er opgeruimd is dan staat het netjes, dan weet je precies waar je aan toe bent. Maar vele mensen die dus gevers zijn durven niet te stoppen om te geven omdat ze juist bang zijn

Om te verliezen.

Isaak: Heel goed, jullie werken goed mee. Dat betekent dat ze dus eigenlijk weten: ik moet een gever zijn anders houdt het op. Nu gaan we terug naar moeder en kind. Op het moment dat de moeder het kind opvoedt, is in eerste instantie het woord geven. Dat is duidelijk, hè? Op een gegeven moment moet jij het kind weer teruggeven naar de verantwoordelijkheid. Het kind moet de verantwoordelijkheden gaan dragen voor zijn eigen bestaan, de vleugels moeten uitgespreid worden. Maar als jij altijd maar geeft en het kind niet de ruimte krijgt om de vleugels uit te spreiden, gaat het kind eigenlijk of opstandig worden en zichzelf weer afkeren, of juist lui worden en het maar goed vinden. Betekent dat je het kind eigenlijk sowieso aan het verliezen bent door jouw teveel gevers energie. Dus jij moet altijd de gulden middenweg zoeken en die weg is gewoon: stop ermee. Opeens is het genoeg. Dan zeg je: “Nou kind, jij valt op jezelf, nu gaan jouw vleugels jou dragen, spreid ze uit en ga kijken hoeveel deuken je gaat oplopen” omdat je dus niet zo goed kunt vliegen omdat je niet hebt geleerd. Omdat vele mensen kijken naar andere mensen: oh, dat kan ik ook, dat lukt mij ook. Ja, tot je erin zit. Dat is toch zo? Hoeveel vrouwen en hoeveel mannen zeggen niet: “Als ik in die situatie zou zijn, zou ik het zo doen”. Maar op het moment dat ze in de situatie zijn of zitten dan zeggen ze gewoon heel wat anders: “Hoe moet dat?” Omdat dan word je meegesleept met het gene wat wij emoties en gevoelens noemen. Dus jullie willen graag werken met mensen. Dus jullie worden altijd meegesleurd met de gevoelens en emoties van anderen. Maar er moet toch ooit een stop gezegd worden: “Nu is het genoeg”. Want je patiënten die gaan

niet actief zijn als jij alleen maar actief bent, toch? Goed besluit, hou hem vast. Het gaat wel donderen boven je hoofd met je besluit. Ach, gewoon een paraplu opzetten.

Precies.

Begrijp ik nou goed dat je wel een balans moet vinden in het geven en nemen? Je kunt toch niet zeggen: “Nu neem ik alleen maar en geef ik niet meer?”

Isaak: Nee kind, je weet intuïtief, gevoelsmatig dat je over de streep van geven bent gegaan. Iedereen heeft dat gevoel bij zich maar je luistert er niet naar dus dan blijf je geven. Voorbeeld: weer terug naar moeder en kind. Opeens gaat het je ergeren. Ja, het is toch mijn kind, het is toch mijn ex of is toch mijn vrouw of mijn man of mijn moeder of mijn vriend of mijn kennis of mijn werkgever. Het is altijd het woord: *het is, maar* en wij hebben eigenlijk jullie al geprobeerd af te leren het woord *maar* te gebruiken. Het woord *maar* is een excuus om het juist te vergoelijken.

Ja, maar betekent: nee, want.

Isaak: Ja, als je *ja, maar* gebruikt dan wil je het eigenlijk niet. Anders gebruik je geen *maar*. Dus jij gaat eigenlijk voor jezelf een goeie reden vinden om het maar niet te doen, hè. Hoeveel mensen zeggen: “Ja, ik ga stoppen met roken. Dat doe ik 1 januari”. Waarom januari? Is dat zo’n belangrijke dag? En dan is het januari: “Ja, maar ik heb nu een stresssituatie dus ik stop niet”.

Excuses verzinnen.

Isaak: Ja, daar zijn mensen goed in. Maar eigenlijk als jullie patiënten hebben, en jullie hebben cliënten of jullie werken met mensen in welke vorm van psychologie ook, zeg eigenlijk heel direct: “Wil je of wil je niet?”, hè Lous. Als een cliënt naar je toekomt en heeft eigenlijk een soort relatiecrisis. Wat zeg je dan? Wil je of wil je niet dat het succesvol is? Wil je niet dat het succesvol is, laten we even gewoon ophouden met deze sessie. Want anders denk alleen aan de tijd die je daaraan besteedt. Het is jouw kostbare tijd en

als je die wilt besteden in kostbaarheid van: ik doe het omdat ik dat beroepsmatig gewoon doe. Dan is het ook goed voor ons. Maar weet wel dat dan geen resultaat komt.

Als de persoon niet meewerkt?

Isaak: Het is simpel: wil je of wil je niet? Op het moment dat iemand niet wilt dan gebeurt er nooit wat, nooit. Als iemand wilt, dan gebeurt er wel wat.

De vraag is wel: weten zij het zelf heel duidelijk of is het onbewust?

Isaak: Je vraagt het direct. En dat betekent dat je een traject ingaat met willen of een traject ingaat van: ik wil het niet. Dus als je een traject ingaat van: ik wil het niet, kun je achterover leunen en eigenlijk een notitieblok erbij pakken en alleen maar paar poppetjes tekenen enzo en dan is de tijd verstreken en dan mag de volgende.

Als zo iemand bij je komt, dan komt ie met een reden. En er is dan innerlijk wel een deel in zich dat wel geholpen wil worden maar dan krijgen ze waarschijnlijk een ego en dat ego is: ja, maar. Dus ergens zit er in een persoon wel een wil en weten van: ik moet dit veranderen. Maar er is dan wel een strijd van: wat is sterker. Tijdens zo'n sessie kun je dan wel ervaren dat mensen zich proberen eronderuit te draaien.

Komt dat dan door de buitenwereld?

Nee, dat kan ook innerlijk zijn.

Is het dan niet gewoon zo dat ze bang zijn wat de ander ervan zou zeggen?

Ja, ook. Maar ook als het teveel moeite kost dan komt de angst.

Isaak: Wij begrijpen de vraagstelling en eigenlijk weten we ook het antwoord hierop.

Ik wil dan vaak het positieve prikkelen in die persoon van: naar wie luister je?

Isaak: Het antwoord hierop is gewoon: wil je of wil je niet? Op het moment dat jij zegt, een voorbeeld, laten we het hebben over mensen die ontzettend overgewicht hebben. Je hebt mensen die ontzettend veel moeten afvallen, misschien een heel mens moeten afvallen in kilo's. Denk je nou echt dat het een makkelijke strijd is? Nee, mensen hebben een eetprobleem. Daarom zijn ze zo ontzettend gegroeid. Betekent ook simpelweg dat de vraagstelling gesteld moet gaan worden: wil je of wil je niet? Maar wil nog niet zeggen dat we er al zijn. Maar de vraagstelling is duidelijk gesteld en dat is *ja* of *nee*. Op het moment dat die persoon in dit proces met jou meegaat, is het een zwaar proces maar de wil draagt je daar doorheen. Maar op het moment dat je eigenlijk niet volmondig ja zegt: "Ik wil", dan draagt de wil je al niet meer doorheen. Jij bent de therapeute. Jij moet dat ondersteunen in de wil die ja heeft gezegd. In de zwakke momenten en in de sterke momenten en dan komt er succes en dat heeft met alles zo te maken. Een voorbeeld: weer even terug naar onze psycholoog die in relaties werkt. Als een relatie niet goed gaat, komen twee mensen en die trekken eigenlijk elkaars haren uit het hoofd, ze trekken eigenlijk letterlijk geestelijk de haren uit het hoofd. Misschien nog wel letterlijk, daar kijk je even naar, denk je: ja, is goed, laat maar weer gaan doen ze thuis ook. En dan vraag je de vraagstelling: willen jullie of willen jullie niet? Dan is het elkaar aankijken en dan gaat men denken, is het wel de moeite waard? Is het echt wel de moeite waard om te kiezen voor deze relatie die dus niet gaat? Bepaalde mensen gaan naar relatietherapeuten of naar een psycholoog of naar een psychiater of desnoods tot opname toe omdat het ja, maar op hun weg komt, het wordt hen aangegeven maar ze zitten niet in de energie van genezen. Nou, twee zeggen: "Ja" en dan gaan we even kijken, voelen, waarom lukt het niet? Wat is hier het probleem? En dan gaan we over tot gesprekken en tot huiswerk en tot succes. Nou, geen huiswerk, geen succes. Want we kunnen nooit en te nimmer verlangen dat men alleen maar tijdens die therapie eigenlijk al zodanig ver komt dat men tot genezing komt. Omdat mensen moeten thuis hun huiswerk gaan doen, elke keer weer. Dus jullie moeten zorgen voor huiswerk en verlangen dat het gemaakt wordt ook. Ja, dan hebben we de andere kant van jullie vak: als ik te streng ben, lopen ze naar een andere, heb ik straks geen werk meer. Die angst moet je meteen uitbannen omdat je hebt

altijd werk op het moment dat je goed werk verricht. Dat is een kosmische wet. Wie goed doet....

Goed ontmoet.

Isaak: Precies.

Ik heb nog wel een vraag maar misschien moeten we eerst het rondje van uzelf afmaken.

Isaak: Ja, de volgende.

Ik heb geen besluit genomen.

Isaak: Daarom hebben we je bijna ook overgeslagen. We dachten: ja, er komt toch niets uit. Nou, waarom neem jij geen besluiten kind?

Uit angst voor afwijzing denk. Ik wil een ander geen pijn doen. Ik denk dat ik ook wel onzeker ben.

Isaak: Ontzettend onzeker. Ontzettend. Wat voor leeftijd heeft u?

45.

Isaak: 45 jaar en nog zo onzeker? Heeft het leven je niet zeker gemaakt maar alleen maar onzeker gemaakt? Ik ga even een vergelijking geven, kind. Als je een klein kind op zijn voetjes zet gaat een kind wankelen, het kind is onzeker, het kind is bang om de stapjes te zetten, kind weet niet of ie die stapjes kan zetten. Naarmate het kind groter wordt, wordt het kind zekerder maar ja, door de invloeden van buitenaf kan het kind weer af gaan wijken en weer onzeker worden. Blijkbaar zijn er negatieve invloeden in jouw leven geweest die jouw onzeker hebben gemaakt. Welke negatieve invloeden zijn dat?

Gebrek aan bevestiging.

Isaak: Welke negatieve invloeden in deze 45 jaar van jouw bestaan hebben jou onzeker gemaakt?

Er valt een stilte.

Isaak: Nou gaan we niet te ver zoeken, kind. Jijzelf, jijzelf hebt jezelf onzeker gemaakt. Jijzelf, waarom? Je bent bang om stapjes te zetten, je bent bang om te vallen dus je hebt faalangst. Je bent bang om het niet goed te doen dus je hebt erkenning nodig extern en dat betekent kind dat jij nu moet gaan veranderen. Dus je moet een besluit nemen om niet meer onzeker te zijn. Onzekerheid brengt je nergens, anders was je nu geen 45 jaar toch? Dus onzekerheid brengt je nergens kind, zekerheid brengt je ergens. Betekent: je moet zekerder gaan worden van je eigen kunnen. Wat is je kunnen?

Er zijn voor anderen.

Isaak: Nou, hoe fantastisch is dat?

Dat is precies wat je niet wilt.

Je moet er zijn voor jezelf.

Dat straalt je ook uit, ik ken je niet anders dan heel erg bang om te zeggen waar het op staat. Je straalt heel schichtig. Je bent heel aardig maar wel van ja, als ik het maar goed doe.

Isaak: Je bent een aardig mens of niet?

Ja....

Isaak: Ja.

Waarom zou je daaraan twijfelen? Dat is toch helemaal niet nodig.

Isaak: Je bent een aardig mens. Aardige mensen zoals jij hoeven niet aardig gevonden te worden. Je bent toch al aardig, toch? Als je een mooi huis hebt en het huis is prachtig, waarom moet je bevestiging gaan zoeken bij anderen of ze het prachtig vinden? Als je dat doet, kind, iedereen heeft wat aan te merken. Die zegt: “Nou, dat is niet mijn smaak, zo had ik het anders gewild”. Ja, ze blijven maar bevestiging zoeken dat het huis prachtig is. Maar als we dat nou even volledig loslaten en we gaan eigenlijk alleen maar zijn en zeg: “Ik heb het prachtigste huis” en dat ben jij dus en ik ben zoals ik ben en dat is uniek. Als je dat neer gaat zetten ja, dan kom je toch zo ontzettend ver.

Ja, dan moet ik dat besluiten.

Isaak: Ja, dan moet je besluiten, moet je werkelijk besluiten anders word je overgeslagen. Op het moment dat je medemens niet had geroepen dat jij nu moest spreken, hadden we jou puur overgeslagen om te horen of jij zou aankondigen dat jij nog zou praten. Dus je krijgt precies wat je uitstraalt, kind. Wat je bent straalt je uit, trek je naar je toe. Dat is niet een straf, dat is puur om te laten zien: kijk kind, zo sta je in het leven, je wordt vaak overgeslagen. Nou, jullie weten allemaal hoe een feestje er uit ziet toch? Wie krijgt de meeste aandacht op een feestje? De aanwezigen hè. Dan bedoelen we niet de aanwezigen in fysiekheid maar gewoon aanwezig die met elkaar spreken, die sociaal bezig zijn, die de sfeer neerzetten. Die mensen gaan met een beter gevoel naar huis dan degenen die niet aanwezig zijn. Degenen die niet aanwezig zijn geweest omdat ze gewoon eigenlijk heel stilletjes in hun eigen hoekje waren die zijn toeschouwers en die hebben dus het hele schouwspel aanschouwd maar ze hebben zich niet beter op gevoeld omdat ja, je doet niet mee en dan krijg je toch de gedachtes of de gevoelens van: was ik ook maar zo. Waar of niet?

Ja.

Maar er zit denk ik ook een angst bij volgens mij om zichzelf te laten zien op een feestje bijvoorbeeld, een bepaalde kwetsbaarheid.

Isaak: Kwetsbaarheid is kracht.

Ja, dat weet ik maar die personen hebben dat zelf niet zo in de gaten.

Isaak: Je moet het gewoon zo zien, kind: het is mijn feestje. Jij weet dat je goed bent in je hart, je weet dat je misschien geniet van een glaasje meer of niet, misschien glaasje water, mag ook, maar het is jouw feestje. Op het moment dat jij zegt: “Ik durf me niet op een feestje neer te zetten” maar andere mensen zoeken allemaal aanspraak bij de anderen omdat ze hopen dat die het feestje gaan beginnen. Waarom zou jij het begin/start niet zijn?

Ik zie bijvoorbeeld bij mijn man dat hij een toeschouwer is en stil in een hoekje zit en er liever niet is maar ik weet ook dat er een bepaalde angst zit om gekwetst te worden door andere mensen of bang om veroordeeld te worden.

Isaak: Nou, het is gewoon heel simpel. Mensen die zichzelf wat stilletjes in de hoek zetten zijn mensen die geen gevaar lopen.

Dat is de vlucht.

Isaak: Ik heb het feestje gehad, ik ben weggeweest. Stel dat je een e-mail stuurt naar elkaar of een brief zeg je: “Ja ik heb het druk gehad, ik ben daar geweest, ik ben daar geweest, ik ben daar geweest, ik ben daar geweest”, en de ander denkt: goh, wat heeft die persoon het druk. Maar ja, als je dan inhoudelijk gaat zien denk je van: ja, kind had net zo goed thuis kunnen blijven. Dus wij zeggen: “Kies voor je eigen feestje”. Nou, wat was jullie huiswerk? Oh, Lous had nog een vraag.

Ik zat net te denken aan wat u net gezegd had. U zei dat een cliënt zelf kiest of ie wil veranderen. Nu had ik vandaag een mevrouw die weer terug is gekomen, een tijd geleden was ze ook bij mij. Ze is 72 jaar en heel erg overgevoelig. Ze is heel nerveus, mager, slaapt slecht en heeft darmklachten. We zijn net weer begonnen dus we moeten het nog uitzoeken maar wat ik me afvraag is: kan ze het nou zelf beïnvloeden? Kan ze zich een beetje afschermen dat ze wat rustiger wordt?

Isaak: Nee, dat gaat niet lukken, kind.

Nee, dat vroeg ik me al af.

Isaak: Dat gaat niet lukken.

Ook al kiest ze ervoor?

Isaak: Je moet altijd met je hooggevoeligheid, overgave. Ons instrument is ook hooggevoelig. Ze loopt tussen jullie, ze is met jullie maar ze schermt zich af.

Uw instrument komt rustiger over, laconieker zeg maar.

Isaak: Ja, maar dat komt doordat het instrument weet om te gaan met hooggevoeligheid. Je voelt alles maar je gaat niet in elk gevoel zitten. Wat is hooggevoeligheid? Hooggevoeligheid is hetzelfde dat je dus een plek op je lichaam gaat pakken waar je heel erg kriebelig bent of hoe noemen jullie dat?

Kietelt.

Isaak: Als je het op je hand doet dan oké, dat is dus de normale mens. Maar dan ga je naar een bepaalde plek ergens en je denkt: ah, die plek ja. Stel dat dit je hoogsensiviteit is, dus je hele lichaam is die plek, is echt een goed voorbeeld. Betekent dat jullie dit voelen denk: ja, doe nou ff normaal het is toch niet zo erg? Het leven is toch zo zoals de hand is, wat ruwer. Maar iemand is te gevoelig en die pakt het niet ruw op dus het hele lichaam krijgt stress want als je heel de dag eigenlijk 24 op 7 op die gevoelige plek eigenlijk gekieteld wordt ja, dan ga je er ook niet heel blij mee worden. Je hele systeem binnenin gaat eigenlijk op z'n kop, je krijgt misschien darmklachten, maagklachten, hartproblemen, slaapproblemen, alles is teveel. Dat betekent dat deze persoon niet een ander jasje kan krijgen omdat het is zo maar die persoon moet leren om te gaan met acceptatie, acceptatie.

Misschien meer rust nemen.

Isaak: Acceptatie. Kun je niet slapen, neem je inslaper. Punt.

Toch weer gewoon medicijnen gaan gebruiken?

Isaak: Ja, neem een inslaper. Niets aan de hand met inslapers. Inslapers zijn zoals het woord zegt: “Inslapen”.

Je hebt ook wel verschillende middelen die wel verslavend zijn.

Isaak: Elk middel is verslavend, alles is verslavend.

Ja, maar ja, niet alles is zo onschuldig hè.

Isaak: Ja, maar toch, als je niet slaapt dan heb je geen goede conditie. Dus een inslaper is dus eigenlijk een geneesmiddel op je klacht. Dus je hebt een keuze: ik slaap niet of ik slaap wel. Nou, als je die keuze kunt maken van een goeie dag en wel slapen met een inslaper dan zeggen we: “Gaan we voor de inslaper, toch?” Er zijn heel veel mensen die gaan eigenlijk een borreltje nemen voordat ze naar bed gaan, ze noemen het een neut, ze nemen een neut.

Een slaapmutsje.

Isaak: Een slaapmutsje, een neut hebben we ook wel eens gehoord. We weten nog steeds niet, wat is een neut?

Een neut is een jonge Jenever.

Isaak: Ja, slaapmutsje. Dus in zo’n glas zit een slaapmutsje, geestelijk dan hè. Je denkt: oh, mijn slaapmutsje. Slaapmutsje werkt niet omdat slaapmutsje ontspant ja, maar ja, als je te gespannen bent in jouw hersencellen dan moet je veel slaapmutsjes hebben. Maar een inslaper die doet wat anders. Die is medisch, die verslapt je spieren, je wordt slap en dat betekent dat je dus eigenlijk gewoon in slaap valt en dan kan jouw lichaam tot rust komen. Ons instrument heeft vandaag nog verteld – wij zijn er altijd bij – aan degene die de gast is: “Ja, ik gebruik inslapers”, heeft ons instrument gezegd. De keuze heeft ze van twee: hooggevoelig en niet kunnen slapen of gaan slapen en de

volgende dag het werk kunnen verrichten. Welke keuze maak je dan? Ja, medisch gezien is het verslavend maar je kunt beter een inslaper hebben en dan in de term van verslavend zijn dan verslaafd zijn aan niet te slapen. Heel veel mensen zijn verslaafd aan niet te slapen, is een gewoonte geworden. Dus een verslaving is een gewoonte. Een gewoonte is om bij wijze van spreken alle sloten na te kijken om te kijken of alles dicht is. Is ook een verslaving alleen het verslavingswoord is zo extreem, de belading van energie zit op dat woord. Er is niets mis mee. Heel veel mensen zijn verslaafd om bij wijze van spreken eerst een gebedje te gaan verrichten naar ons toe voordat ze gaan slapen. Nou, hoe erg is het? Of ik moet even gaan joggen of sporten. Ik ben verslaafd aan sport, ik ben verslaafd aan mijn chocola. Nou, dus wees wat simpeler met het woord en zeg tegen dat kind dat jouw patiënt is: “Neem een inslaper”.

Maar het is toch pas een verslaving als je niet meer zonder kan?

Isaak: Nee, als je het niet meer kunt dan heb je de keuze: niet meer kunnen slapen en dan eigenlijk normaal zijn zoals jullie dat noemen, normaal of jezelf eigenlijk het toedienen en wel kunnen slapen. Waar zou jij voor kiezen?

Dat hangt ervan af.

Isaak: Stel dat je niet kunt slapen, wat zou je doen? Kiezen om normaal te zijn, hele nacht niet kunnen slapen en de volgende dag eigenlijk je niet beter voelen of kiezen om een inslaper te hebben aantal uren te pakken hebben en de volgende dag kunnen functioneren?

Ik zou liever iets simpels nemen als een paracetamol. Ik zou iets nemen wat mag en niet iets nemen wat voorgeschreven wordt.

Ik zou iets homeopathisch nemen.

Isaak: Als het maar werkt. Als het maar werkt. Als bij jou een slaapmutsje werkt, neem een slaapmutsje. Als bij jou een rustgevende melk met honing werkt, neem melk. Als dat niet werkt en jij gaat fysiek er onderdoor, hou dan

op om het woord verslaving te gebruiken omdat dat woord hebben jullie gecreëerd. Maar jullie zijn eigenlijk ook verslaafd aan vele andere zaken. Kijk naar jullie zelfkastijding, daar zijn jullie ook verslaafd aan. Waarom gebruik je het anders? Jullie onzekerheden, net het kind dat laatst heeft gesproken, daar is ze ook verslaafd aan want anders doet ze het toch niet? Het is een gewoonte, een verslaving is een gewoonte.

Kun je dan zeggen: "Ik kies ervoor om het niet meer te doen?"

Isaak: Nou, niet als je een fysieke aandoening hebt zoals deze schone vrouw, dan kun je er niet meer voor kiezen.

Dan is het niet meer haalbaar.

Isaak: Nee, nee. Er zijn toch mensen die gebruiken middelen zoals anti-depressiva, die hebben ze nodig of ze hebben niet nodig.

Deze mevrouw heeft ze wel gehad maar ze wil ze niet.

Isaak: Heeft ze het nodig?

Ik denk het wel.

Isaak: Dan moet ze het nemen.

Maar sommige mensen willen dat perse niet.

Isaak: Omdat je niet verslaafd over wilt komen in de maatschappij omdat je voelt je anders in de maatschappij omdat je een slaapmiddel gebruikt, omdat je bij wijze van spreken een slaapmutsje gebruikt. Omdat je dus eigenlijk in het algemene denkt dat je abnormaal bent omdat je andere middelen toegediend krijgt dan de normale mens. Maar kinderen, degenen die deze woorden luisteren: "Jij bent niet de enige". Vele mensen voelen hetzelfde als jij en vele mensen gebruiken het, anders was er geen farmacie erin. Denk je

nou echt dat middelen voorgeschreven zouden worden als er maar één patiënt het zou gebruiken?

Er zit natuurlijk wel een gevaar aan.

Isaak: Het gevaar is simpel dat je dus: of het nodig hebt of het niet nodig hebt. Dus als jij het niet nodig hebt en jij neemt het, dan is het een gevaar dat je afhankelijk wordt van iets wat je niet nodig hebt. Maar bij mensen die het wel nodig hebben is het gevaar dat je niet kunt functioneren en dus eigenlijk geen fijne dag hebt en wij kiezen toch liever voor een dag en doen liever ons blik afwenden en zeggen: “Hebben we niet gezien wat je in hebt genomen” dan zeggen: “Neem het niet in en lijdt”.

Hoe moet je omgaan met depressiviteit? Je hebt het in verschillende soorten en gradaties maar er zijn dus soorten waar je eraan toe moet geven en er niet tegen moet strijden.

Isaak: U heeft het over depressiviteit?

Ja, depressiviteit of laat ik zeggen neiging tot depressiviteit.

Isaak: Maniedepressief wat is het woord voor jullie: maniedepressief?

Een bipolaire stoornis.

Isaak: Dat betekent: je hebt medicatie nodig omdat het is een fysieke stoornis. Ergens in jouw hersencellen is er een tekortkoming van. Door de medicatie komt er balans en jij bent gelukkig en jij leeft zoals een normaal mens leeft. Maar stel dat je dus een depressieve periode tegemoet gaat. Jouw echtgenoot is overleden of je bent in scheiding of je kind is ontspoord of je werk wil niet of je voelt je weer niet thuis dan heb je een depressieve bui.

Wat bedoelt u daarmee?

Isaak: Dat is dit weer.

Daar wordt je chagrijnig van, verschrikkelijk.

Isaak: Dat betekent dat je het niet nodig hebt, dat betekent dat je dus therapie nodig hebt. Dan moet je naar een goeie coach toegaan of naar ons. Dan gaan wij jullie vertellen hoe je op dat moment het leven wel aangenaam kunt maken, hoe je wel in huiswerk over kunt gaan en het voor jezelf hier prettig kunt maken. Dus dan gaan we eigenlijk kijken: wat is je probleem? Die mensen moeten niet slikken, moeten niet slikken. Eenmaal slikken altijd slikken of afbouwen en afhankelijk worden en dan toch weer terugvallen in slikken. Als je gaat kijken naar patiënten die ooit zijn gaan slikken, merendeel valt weer terug in hun depressie.

Mag ik daar iets over vragen?

Isaak: Graag.

Manidepressiviteit is een aandoening in de hersenen. Is daar op spiritueel niveau een reden voor? Mijn grootmoeder had het. Waarom had ze het?

Isaak: Het is een aandoening. Het is gewoon zoals iemand hartklachten heeft en het ligt in de familie of reuma of een andere ziekte lichamelijk gezien. Daar kun je niets mee.

Dus je moet daar dan gewoon doorheen in dit leven.

Isaak: Ja, dan heb je medicijnen nodig om het te kunnen dragen. Het is een aandoening. Mensen met psychoses, schizofrenie, zijn ook mensen die dus eigenlijk medicatie nodig hebben. Die moeten niet zonder, mag je nooit zeggen: "Gebruik het niet". Moet je nooit zeggen, dan ben jij eigenlijk degene die hen misschien naar het graf toebrengt omdat die mensen hebben heel vaak zelfdoding in hun gedachten.

Dat kun je ook bij depressie hebben.

Isaak: Bij depressie zie je het niet meer zitten. Ik ben depressief, het leven is mij niet gegeven, ik ben down, ik ben depressief. Kan zijn dat je ook zelfdoding gedachtes hebt. Maar mensen met schizofrenie en psychoses leven niet in de werkelijkheid. Mensen met depressies zijn down. Kijk, wij vinden dit weer helemaal niet down. Waarom vinden jullie eigenlijk dit weer down? Omdat het regent en koud is en nat is en vochtig is.

En minder licht.

Isaak: En minder licht ja, maar jij bent toch je licht. Jij bent je licht. Jij kunt heerlijk romantisch met je partner door de regen lopen en dan heb je zo'n liedje 'Singing in the rain'. Hoe romantisch is het niet? Kijk je van die romantische films hebben ze ruzie omdat het regent, heel romantisch. Of ze zwemmen in het water romantisch bloot in de regen. Zij zien de voordelen ervan in maar jullie zien de nadelen. Jullie hebben jullie gedachtes geprogrammeerd en dat is collectief gedaan kinderen daar kunnen jullie niets aan doen, dat is de sfeer. Men zegt: "In die landen waar men zo buiten leeft is het gezellig maar binnenshuis is het minder gezellig, je bent opgesloten". In deze dagen ben je opgesloten want ja, buiten zitten kan nu niet hè of je moet een goed afdak hebben.

Of je moet een zwerver zijn.

Isaak: Dan zingt ie ook in de regen.

Precies.

Isaak: Dus in jullie gedachtes krijg je dus eigenlijk depressies puur door deze sfeer. Men zegt het eigenlijk al: sfeer. Maar dan krijg je weer de kerstsfeer. Dan is het weer wel gezellig maar niet als je eenzaam en alleen bent. Dus eigenlijk bepaal jij de sfeer zelf. Oh, de lentesfeer komt er aan. Oh, de zomersfeer komt eraan. De winter komt er aan en misschien kunnen we sneeuwballen maken, is ook een goeie sfeer. Dus jullie programmeren jullie zelf dat dit goed is of dat niet goed is. Maar eigenlijk moet je simpelweg dit zeggen: "Er is geen enkele sfeer die met de seizoenen te maken heeft die mij

beïnvloedt omdat ik ben mijn sfeer en als het regent dan maak ik daar een mooi moment van en als het warm is dan geniet ik van de warmte”. Soms vragen wij ons af, en dat is werkelijk zo, wanneer is het goed genoeg voor jullie?

Nooit.

Isaak: Dat is een goed antwoord. Het is of te koud of te warm, je bent of te rijk of te arm.

Het is nooit goed.

Isaak: Je hebt of een partner of geen partner. De kinderen vliegen of uit en als ze thuis zijn, zijn ze lastig. Dus nooit genoeg in jullie harten omdat jullie verlangen veel te veel. Jullie moeten genieten van zoals dat kind hier net zei van de momenten. Van moment op moment. Als de kinderen klein zijn is dat een sfeer, als ze groot zijn is dat een sfeer, loslaten is ook weer een sfeer. Als je jong bent, is dat een sfeer. Als je veroudert, is dat een sfeer. Als je doodgaat, is dat weer een sfeer. Als je dun bent, dan is het gewoon oké, het is geweldig ik ben nu dun en als je dik bent dan is het weer niet goed. Het is altijd maar achteraan gaan naar het gene wat er niet is omdat je gunt jezelf niet de sfeer van dat moment. Oké, dan is het maar koud. Oké, dan is het maar warm. Oké, dan zijn mijn kinderen de deur uit. Oké, dan ben ik vijf keer verlaten. En dat noemen wij het woord acceptatie. Oké, ik ben nu zestig. Oké, het is nooit te laat om te veranderen. Zeg *oké*, zeg niet *maar*. Mijn naam is Isaak. Vele jaren heb ik geleefd in de ontwikkelingssfeer die nu meesterschap heet. Blij toe ben ik dat al die sferen die ik bezocht heb mijn leerprocessen zijn geweest. En de sferen hier bij ons zijn ook sferen die je niet wilt betreden en toch heb ik die sferen bezocht, ondervonden en ik heb mezelf daarin onderricht. En de sfeer die jullie zijn, de aardse sfeer, is de laagste sfeer tussen alle planeten die er zijn, de laagste sfeer. Dus jullie beginnen eigenlijk met de zwaarste sfeer en dan wordt het alleen maar beter en dan reïncarneer je, reïncarneer je, reïncarneer je en dan kom je de eerste geestelijke sfeer in. Dan ben je geestelijk. Het eerste moment dat je zegt: “Ik ben geestelijk”. Dat ga je voelen hè, is je sfeer en dan hoeft je niet meer terug.

Hoe komen wij daar?

Isaak: Zorg dat je geestelijk wordt, heer.

U zei wel eens tegen mij: "Je hebt zeker nog 200 levens liggen".

Isaak: Zorg dat je die sfeer bezit, ga snel geestelijk worden, gooi het lichaam weg, wees geestelijk en dan kom je bij ons. En dat is de eerste geestelijke sfeer nummer één en nummer vier in jullie aardse getal, eerste geestelijke sfeer is vier en dan mag je kiezen. Je mag kiezen wat je doet. Het is net alsof je een diploma hebt en je mag kiezen: waar ga je werken? Kom je terug dan heb je gewoon een taak te verrichten. Kom je niet terug dan ga je geestelijk ontwikkelen zoals ik dat toentertijd heb gedaan.

Heb je daar een keuze in?

Isaak: Ja, in de eerste geestelijke sfeer wel, van tevoren niet.

Van tevoren niet?

Isaak: Nee, nee, mag je gewoon weer terugkomen.

Ben je dan eigenlijk op een andere planeet?

Isaak: Nee, in de sferen blijf je in de sferen. Maar vergeet niet het woord sfeer want jullie weten niet wat het woord sfeer betekent hè?

Nee.

Isaak: Een sfeer is een gevoel, een dimensie, je droomwereld. Je leeft in je wereld hoe je droomt, hoe je bent, wat je bent, dat is je sfeer, alles voel je, alles is open, betekent jij gaat jezelf ontdekken daarin. Ben je negatief? Veel plezier. Heb je angsten? Veel plezier. Dan ga je jezelf daarin ontdekken. Je zoekt elkaar op doordat je verbindt met degenen die jouw geliefden zijn. Sfeer trekt naar sfeer. Daarom kan de hoogste sfeer alleen maar naar laag

gaan. Laag kan nooit naar hoog omdat hij bezit die kracht niet. Je reïncarneert en het moment dat je klaar bent in jouw evolutie van sferen en dan heb je het getal zeven bereikt en dan ga je naar andere planeten toe. Dus het houdt niet op. Helaas, voor velen die denken: oh, ik wil rust. Ja, rust in tussentijd, ga over tot je eigen tempo en zeg: “Ik ga mediteren”. Maar jullie probleem is eigenlijk een soort probleem dat wij kinderlijk probleem noemen omdat het wordt alleen maar makkelijker op het moment dat je jezelf gaat vinden bij ons. Maar op dit moment zijn jullie alleen maar kinderen die moeilijk doen. Maar ja, ik spreek uit mijn wijsheid, niet in mijn aards lichaam. Mijn aards lichaam is jong gestorven. Als je de getallen bij mekaar telt, kom je uit op 43. Dat is jong toch in jullie getal?

Ja, dat is wel jong.

Is je zielsgetal ook een hele rij van hoe vaak je gereïncarneerd bent?

Isaak: Nee, kind.

Dat zeggen ze wel.

Isaak: Hoe kom je aan het zielsgetal? Er is bij ons eigenlijk alleen maar gevoel. Kind, wij letten op jullie tijden en jullie getallen. Als wij hier in jullie midden zijn, moeten wij letten op jullie tijd, die hebben wij hier niet. We weten niet eens in welke tijd we leven. Het is dat jullie kalenders hebben dus weten wij dat jullie in een bepaalde tijd leven maar wij hebben dat niet, wij voelen alleen maar.

Dat is waar, er is geen tijd boven.

Isaak: Dat is wel makkelijk. Hoef je je niet te haasten, behalve als je werkt met jullie fysieke mensen dan moet je op afspraak zijn.

Dan komen wij weer te laat.

Isaak: Maar het is heerlijk om geen tijd te hebben. Geen tijd, geen tijdsdruk noemt men dat hè. Het is heerlijk om gestorven te zijn in onze mening, wij zijn gestorven in jullie ogen maar wij zijn levend. Het is heerlijk om te weten dat we leven en dat de mens denkt van goh: is er wel leven na de dood? En wij denken: hoezo jullie zijn dood wij zijn levend.

U zei net: "Je kunt geestelijk zijn terwijl je nog hier op aarde bent". Bedoelt u daar dan mee dat je niet zo met je lichaam bezig bent?

Isaak: Ach kind, dat is juist niet wat wij bedoelen. Wij kennen mensen of wij zien mensen die zijn heel erg spiritueel bezig en ze mogen wel een geurtje opdoen. Nee kind, poets je tanden, was je haar, zorg dat je schoon bent omdat je bent een lichaam dus verwaarloos nooit je voertuig maar we begrijpen je vraagstelling wel. De vraagstelling is eigenlijk heel simpel dan ben je niet meer lichamelijk bezig met je fysieke behoeftes hè?

Ja.

Isaak: Maar juist zolang je leeft en geen avatar bent, heb je fysieke behoeftes. Je kan niet zeggen tegen een voertuig hoe groot dat voertuig ook mag zijn en hoe duur dat voertuig ook kan zijn, omdat er zijn voertuigen die kosten heel veel geld, in jullie getallen is dat veel geld, maar toch moet dat voertuig brandstof hebben. Dus jij moet zorgen dat het voertuig dat jij bent altijd energie blijft houden. Dus je moet er goed voor zorgen. Dus hoe groot je ook bent geëvolueerd, je blijft altijd last hebben van dat voertuig. Dus al ben jij uren in meditatie, zul je toch last hebben van een buikgriep desnoods of een verkoudheid. Een avatar die heeft ook een voertuig maar geestelijk is ie zo sterk dat de menselijke behoeftes minder worden zoals eten, zoals drinken, zoals seksuele behoeftes noem maar op, wordt minder, wordt minder maar toch moet ie eten, hij kan niet zonder eten zijn.

U bedoelt zo iemand als Sathya Sai Baba?

Isaak: Ja. Je moet altijd brandstof hebben en je veroudert toch. Hoe dan ook, Sathya Sai Baba veroudert ook. Sathya Sai Baba is ook niet meer goed ter

been, het is een voertuig. Daarom moet je goed zorgen voor het voertuig. Doen jullie aan sport?

Ja.

Nee.

Isaak: Degene die nee zei zegt nu: “Ja”, is ook een besluit.

Mijn man is vanavond voor het eerst gaan sporten. Ik loop wel heel veel met de hond.

Isaak: Dat vinden we altijd zo ontzettend fijn dat de hond aandacht krijgt door het lopen van de baas. Ze schaffen een hond aan en gaan buiten lopen.

We hebben een hond aangeschaft omdat we een hond leuk vinden niet omdat we graag buiten lopen.

Isaak: Nee, maar we zeggen toch niet dat het met u te maken heeft. Maar we horen deze uitspraak wel: laten we een hond aanschaffen dan gaan we buiten lopen. Dan denken we bij onszelf altijd, kijken even verbaasd, hoezo? Wat is de combinatie van lopen en hond? Moet een hond nou jou laten lopen of kun jij jezelf laten lopen? Heeft niets met u te maken, hoor. Maar werkelijk waar. We schaffen een kind aan dan zijn we dicht bij mekaar of we kopen een groter huis. Ze pakken extern op om intern te kunnen dragen. Het is net alsof je kracht krijgt door externheid toe te passen, begrijp je wat ik bedoel?

Precies, we gaan op vakantie en daarna gaan we scheiden.

Isaak: Vaak gebeurt dat ook nog. De laatste poging: laten we op vakantie gaan. Waarom? Beter in bed blijven de hele tijd. Misschien werkt het beter. Krijg je stress van, van vakantie en zo. Vele mensen doen het zo verkeerd. Als jij niet goed bent in je relatie moet je niet op vakantie gaan. Waarom ga je op vakantie als je juist niet goed bent in de relatie? Omdat vakantie, het woord zegt het eigenlijk al, een toevlucht. Je vlucht ergens heen om tot rust

te komen maar je neemt je stress mee. Dus je vlucht op vakantie met je partner en de stress gaat mee.

Je zit de hele dag op elkaars lip.

Isaak: Nee, het is een illusie omdat op dat moment ga je er gewoon het beste van maken omdat je geld tegenaan hebt gegoooid. Zeg van: laten we er een leuke vakantie van maken, spreek je nog met elkaar af. De drie weken zijn om en dan is het weer af tot het begin. Nou, dus mensen met crisis, zeker weer onze psychologen als ze relatiecrisis hebben zeg niet: “Ga samen lekker op vakantie”, zeg: “Ga samen praten”. Ga samen praten, samen praten, niet monoloog maar samen. Schrijf samen de ontevredenheden op en wat jou tevreden zou maken, wissel de briefjes en kijk elkaar aan desnoods met een heerlijk glaasje rode, witte wijn, wat jullie ook lusten, gewoon een glaasje water, zijn bepaalde mensen die lusten niet en je zegt: “Laten we samen hier uitkomen” en zal je zien dat je er ook samen uitkomt hoor, altijd, als je het woord zegt: “Laten we samen uitkomen”, kom je ook samen uit. Maar ga niet op vakantie. Als je op vakantie gaat dan moet je gaan omdat het goed is. Lekker, heerlijk we gaan op vakantie daar verheug ik me op. De vakantie geeft veel stress ook hoor, inpakken, uitpakken, vliegtuig pakken en je hebt al zoveel stress.

Als het nou een besluit is om op vakantie te gaan om het goed te maken?

Isaak: We gaan op vakantie om het goed te maken? Nee. We blijven thuis en we maken het goed en daarna gaan we op vakantie. Ja, velen hebben dit niet verwacht van ons. En dan nog iets anders: neem nooit kinderen als de ander het niet wil.

Dat is waar.

Isaak: Alsjeblieft, alsjeblieft. Neem nooit kinderen. Wil jij kinderen? Als het een volmondig *ja* is en als het ook bij de partner, wat we niet uitspreken maar is, ga niet over tot overtuiging. Zeg gewoon: “Ik wil geen kinderen, jij wilt geen kinderen, oké. Als we voor elkaar kiezen, dan kiezen we om kinderloos

door het leven te gaan. Kun jij daarmee leven? Kun jij daarmee leven?”, als het een *ja* is gaan we samen zonder kinderen. Op het moment dat je zegt: “Ik kan niet zonder leven. Ik wil wel kinderen”. Verbreek de relatie. Duidelijk toch?

Ik heb wel eens een vriendin geadviseerd die heel graag kinderen wilde maar haar vriend wilde niet. Dus ik adviseerde haar om te besluiten om samen geen kinderen te nemen of om de relatie te beëindigen en een ander te zoeken. Zo simpel dacht ik maar daar werd heel raar op gereageerd. Ze hebben nu een kind maar ik geloof niet dat ze erg gelukkig zijn.

Isaak: Kinderen maken je niet gelukkig. Kinderen brengen problemen met zich mee. Een kind dat huilt, een kind dat doet het in zijn luier, een kind verlangt veel aandacht van een vrouw en verandert ook de vrouw omdat de vrouw moedergevoelens krijgt. Maar als de man zegt: “Ik wil niet” en de man geeft dus toe aan, is dat niet zijn volledige besluit en de vrouw denkt: als hij maar het kind heeft gaat hij daarvan houden. Tsja, kijk naar hoeveel kinderen geen vaders meer hebben. Blijkbaar is er ergens wat misgegaan. We hebben het nu niet alleen maar over mannen. We hebben het ook over vrouwen. Vrouwen kunnen ook geen behoefte hebben om het moederschap te dragen en er zijn mannen die zeggen: “Ik wil een nageslacht hebben. Mijn naam moet niet sterven”.

Bestaat dat nog?

Isaak: Ja, bestaat. Ons instrument zit in zo’n situatie. Hij is enig kind. Dat betekent, zijn halfbroer die is voor de mannen daar komen geen kinderen uit. Zijn halfzus van zijn vaders kant, niet van zijn moeders kant, dus van zijn vaders kant die heeft de naam van de man dus de naam sterft daarmee af en de kinderen die daaruit voortkomen ook. Er is maar één kind van de moeders kant en dat is dus dit kind. Ja, kinderen is het mooiste wat er is, wordt er dan geroepen. Ja, dat is ook, kinderen zijn het mooiste wat er is maar je moet wel willen. Dus wil je het niet zeg dan: “Nee, ik wil geen kinderen meer”. En als iemand dan de naam boven de relatie zet, ja, dan is dat zo hè. Wat is nou een naam? Als je bij ons bent dan weet je niet eens

meer hoe je heet omdat je krijgt sowieso een naam toebedeeld waar jij jezelf beter bij voelt. Maar dan ben je wel de eerste geestelijke sfeer in gegaan.

Dus je hebt geen keuze in de naam die je krijgt?

Isaak: Nee, daar voel je je beter bij. Mijn naam is Isaak. Mijn vorige naam was niet Isaak. Maar je moet wel de eerste geestelijke sfeer ingaan anders blijf je gewoon een aardse naam houden. Je vader en moeder hebben je zo genoemd, vonden ze bij je passen. De naam zegt ook genoeg hè? Hebben jullie dat wel eens, kinderen? Dat jullie jezelf niet verbonden voelen met een naam?

Ja, ik heb dat vooral met mijn achternaam. Ik heb geen mooie achternaam.

Isaak: Voel je niet mee verbonden?

Nee.

Isaak: Mijn naam is energie. Dus als je zegt: “Ik heet zo en zo” en die tweede energie geeft even zo’n afstotende energie, betekent dat jij niet verbonden ben met die naam. Hoe komt dat?

Wat ik zou kunnen herleiden is dat mijn opa te vondeling is gelegd maar hij heeft wel de naam van zijn moeder.

Isaak: Nog een keer?

Mijn achternaam is de naam van mijn vader en die heeft hem weer van mijn opa. Mijn opa is ooit te vondeling gelegd dus ik weet niet of het daarmee te maken heeft maar dat is wat er nu in me opkomt. Dus ik had eigenlijk een andere achternaam moeten krijgen en daar had ik me misschien dan beter bij gevoeld omdat het klopt niet.

Dus je opa heeft de naam van twee ouders aangenomen?

Nee, hij heeft de achternaam van zijn eigen moeder gekregen.

Isaak: Het zou kunnen. Maar stel dat je nu gaat trouwen en je neemt de naam aan van je partner, waarom doet men dat?

Ik was er heel blij mee, met die naam.

Isaak: Dat is een vraag. Waarom doet men dat? Dus je was er heel blij mee?

Ja.

Isaak: Waarom was je er zo blij mee?

Ten eerste omdat ik met hem trouwde en ook zijn naam daardoor kreeg.

Isaak: Dus jij voelde je verbonden met hem door de naam die hij aan jou heeft gegeven.

Waarschijnlijk wel ja.

Isaak: Ja, is ook zo kind. Dus jij bent dol op je partner.

Nog steeds hoor.

Dat is typisch iets voor vrouwen. Ik zou nooit de achternaam van een vrouw aannemen.

Mannen mochten dat toentertijd volgens mij nog niet.

In mijn tijd kon dat al wel want mijn man heeft het toen wel overwogen om mijn meisjesnaam aan te nemen maar ik wilde graag zijn achternaam.

Isaak: Je voelde je verbonden en je voelde je vereerd, dat is puur jeugdige liefde.

Ik wilde de achternaam van mijn man niet dragen maar heb dat officieel wel gedaan voor mijn man. Toen hij overleden was wist ik niet zo goed welke achternaam ik aan moest nemen.

Isaak: De naam waar je je mee verbonden voelt, welke is dat? De eigen naam. Om ere te vormen naar hem toe zou je hem willen houden omdat ie er niet meer is en niet meer voor zichzelf kan spreken maar toch voel jij je niet verbonden met zijn naam.

Nee, want anders had ik toen zijn naam wel aangenomen.

Isaak: Precies, dus gebruik je eigen naam.

Hoe kan het dan dat je je niet verbonden voelt met je eigen man?

Isaak: Is de energie.

Mijn reden was dat er teveel op gerijmd werd. Er werd altijd 'stonk' van gemaakt, het had altijd een beetje...

Isaak: Het is de energie kind, het is de energie.

Ik werd in de klas nooit Ingrid genoemd maar altijd Ingrid met mijn achternaam daarbij omdat er was nog een Ingrid in de klas. Ik was nooit Ingrid.

Isaak: Daarom ben je blij dat je dus een andere naam hebt gekregen omdat eigenlijk die naam is beladen door negativiteit zoals de naam Hitler. Niemand gaat die naam aannemen. Niemand gaat zijn kind Hitler noemen. Dat mag niet eens, dat is verboden.

Dat is wel gebeurd. In Duitsland of Amerika hebben ze wel geprobeerd een kind Hitler te noemen.

Isaak: Het is verboden in de wet. De naam Hitler is eigenlijk verboden.

Maar wat nou als je vernoemd bent naar iemand en pas als je 34 bent te boren krijgt dat degene naar wie je vernoemd bent drie weken na je geboorte zelfmoord heeft gepleegd? Dat heb ik nooit geweten. Ik heb altijd wel gemerkt dat als ik ergens was dat er een beladen sfeer hing. Ik ben vernoemd naar twee nichtjes en één daarvan heeft op haar 21^{ste} zichzelf

voor de trein gegoooid waarschijnlijk door psychische problemen door haar geaardheid. Pas op mijn 34^{ste} hoorde ik de reden, mijn vader zei altijd dat ze ziek was. Ik ben mezelf niet anders gaan noemen toen ik dat hoorde op mijn 34^{ste} omdat ik ben een heel ander persoon.

Isaak: Je moet op dat moment die lading niet tot je nemen.

Dat heb ik ook niet gedaan.

Isaak: Moet je niet nemen. Dus jij hebt je naam, wees trots op je naam. De naam van ons instrument is niet de echte naam, die gaan we nu niet benoemen maar jullie weten wat de voornaam is. De voornaam heeft ze zichzelf gegeven omdat ze dus niet verbonden wilde zijn met de naam die ze had gekregen van haar vader omdat de vader heeft haar de naam gegeven terwijl haar moeder een andere naam wilde geven. En de vader wilde dus baas boven baas zijn en werd de naam zo gekeerd dat deze naam die dus eigenlijk nu niet benoemd wordt eigenlijk haar voornaam is geworden. In jonge leeftijd wist ze, dit is niet de naam die ik wil dragen en heeft ze de naam veranderd door de naam die jullie nu eigenlijk weten. Het is gewoon een keuze. Maar stel - dat vinden wij eigenlijk wel een goeie om uit te leggen ook voor jullie psychologische zinnen - hoe komt het dat je opeens jezelf gaat benoemen naar je partner? Je bent gehuwd, je zegt *ja* en opeens neem je de telefoon op en je benoemt jezelf met de naam van de partner. Hoe komt dat psychologisch? Jij hebt je reden verteld: het voelde prettig, ik wilde gewoon eigenlijk een andere naam, de lading is eraf en ik ben eigenlijk een jeugdromanticus dus het is fijn.

Het is ook een bevestiging om bij de ander te boren.

Isaak: Ja, maar het is op zich net als dat je nu zegt: "Ik heet niet meer zo". Dus je voornaam eigenlijk veranderen, is precies hetzelfde. Maar in de psychologische zin, hoe komt dat? Je gaat scheiden en opeens heb je weer je eigen naam terug. Dus eigenlijk een huwelijksceremonie en de romanticus geeft jou eigenlijk het gevoel van nog meer verbonden zijn met je partner doordat je dus eigenlijk zijn naam draagt. De huwelijksceremonie is

verbroken. Jij denkt: jij krijgt de piep en jij neemt je eigen naam weer terug. Zo werkt het toch hè?

Ja.

Isaak: En opeens wil je van al die kinderen ook de naam veranderen. Er zijn mensen die dat doen hoor, alles is voor mij. Dus liefdesenergie verbindt je en liefdesenergie haalt jullie ook uit elkaar die dus geen liefdesenergie meer is. Dus jullie liefdesenergie voor jullie zelf haalt jullie uit elkaar. Zo werkt het psychologisch. Is ook met verliefd zijn. Je bent helemaal verliefd, je bent verbonden, je bent niet meer verliefd en je voelt er niets meer voor en je vraagt je af wat je ooit in die persoon hebt gezien, toch?

Ja.

Isaak: Dus kinderen, jullie psychologische kanten bij jullie zelf zijn allemaal wisselend dus daarom moeten jullie meegaan met de wisseling van jullie emoties, dan maken jullie het leven een stuk aangename. Ik ben verliefd geweest, het was heerlijk en je lacht jezelf eigenlijk vierkant omdat je denkt: goh, dat ik dat ooit heerlijk vond, maar toen wel. Hetzelfde met kledij. Je kleedt je misschien nu anders dan een tijd terug. Wissel. Durf te wisselen. Nou vragen/opmerkingen?

U zegt: "Je gaat mee met je emoties". Ik zit nu even te denken aan al die cliënten die negatieve emoties hebben zoals: boos, verdrietig, bang, teleurgesteld. Dan is het juist niet zo goed om er steeds in mee te gaan, hè?

Isaak: Nee, als therapeute moet je alleen maar aanvoelen maar niet meeleven in de zin dat je mee gaat lijden.

Voor hun is het ook niet goed om daar zo in op te gaan, denk ik.

Je moet je gevoelens ook niet wegdrücken want dan krijg je er juist last van.

Isaak: Nee, de vraag is eigenlijk heel simpel. Je hebt dus eigenlijk een case. Zo meteen mag onze gast zijn case neerzetten. Je hebt een case, dat betekent je hebt een cliënt met een bepaald probleem. Jij voelt aan bij jou zelf intuïtief, dat is belangrijk, als je therapeut bent moet je altijd je intuïtie gebruiken, je voelt intuïtief aan wat goed is. Door je bepaalde vraagstelling omdat je geen helderziende bent, kom je achter het probleem en dan ga je samen tot oplossing komen. Maar wat is precies je vraagstelling?

U zei net: "Je moet altijd meegaan met al je emoties en wisselingen".

Isaak: Ja, in je privébestaan, zakelijk gezien moet je jezelf daar onderscheiden.

Stel nou, die cliënten van mij hebben allemaal negatieve emoties. Dan zou ik niet aanraden van: ga er maar helemaal in mee.

Isaak: Naar de cliënten toe?

Ja.

Isaak: Als ze negatieve emoties hebben, moeten ze juist die negatieve emoties aangaan door ze te bekijken, te voelen en

Los te laten.

Isaak: Ja, moeten ze wel niet af gaan duwen.

Maar dan hoop je dat ze het weer los kunnen laten.

Isaak: Ja, en daarom vraag jij die vraagstelling: wil je of wil je niet? Je kunt het niet ontkennen. Als je depressief bent, kun je niet ontkennen dat je depressief bent. Als je liefdesverdriet hebt, kun je niet ontkennen dat je liefdesverdriet hebt. Maar je moet wel het oplossen en daar ben jij dan de aangewezen persoon voor om aan te reiken, wat aan te reiken valt, om juist vrij te komen van de negativiteit.

Dat lukt ook niet altijd even goed natuurlijk.

Isaak: Soms moet je wel wat harder praten.

Overtuigender dus.

Isaak: Ja, omdat we zien dat de therapeuten soms wat inhoudelijk zichzelf tegenwerken omdat ze bang zijn om te inhoudelijk te zijn, te confronterend te zijn dus dan laten ze eigenlijk nog open vragen beantwoord te worden. Maar je hoeft niet altijd met open vragen te werken. Je kunt ook directe vragen stellen. Dan ben je inhoudelijk eigenlijk direct en ook choquerend.

Bedoelt u dan mij of bedoelt u het algemeen?

Isaak: In algemene therapeuten die werken met de medemens. Een voorbeeld: je ziet dat iemand gemeen doet tegen de partner. Dat is gewoon omdat jij in de relatiesfeer zit en jij voelt dat. Dan ga je gewoon niet aanschouwen en jezelf inhouden, dan zeg je gewoon: "Kijk nu naar jezelf hoe gemeen je doet naar de partner". Dan krijgt de persoon heel gauw de neiging om je af te duwen van: je kiest partij. Maar nee, ik kies geen partij. Ik aanschouw een schouwspel en ik zie dat je gemeen doet en waarom doe je nu gemeen? Dus je gaat confronteren, niet meer uren en uren maar...

Ook je houding hè. Ik heb les gehad in houding. Als je een vraag stelt, dan ga je achterover hangen en dan leg je de vraag letterlijk bij die persoon doordat je afstand neemt.

Isaak: Wij doen het eigenlijk anders. Wij confronteren iemand heel gauw met hun eigen uitstraling: kijk naar jezelf. Kijk wat je doet. Dus je constateert wat en je spreekt daarover. Daar zijn goeie therapeuten voor. We moeten denken aan een therapeut die dus eigenlijk best wel bekendheid heeft. Is ook een therapeut in de psychische zin, jullie kennen hem allemaal denken we wel. Jullie kennen dus de therapeut die dus eigenlijk.... De heer die heeft zichzelf bekend gemaakt bij de vrouw, een stevige man....

Een Amerikaanse man?

Isaak: Ja.

Dr. Phil bedoelt u.

Die is heel direct, ja.

Isaak: Hij is heel confronterend. Hij is wat dat betreft soms tot den boze toe.

Een beetje te.

Isaak: Ja, een beetje tot brutale en agressieve toe. Mensen bibberen naast hem op de stoel.

Maar ze zitten er wel.

Isaak: Ze zitten er wel en hij heeft heel veel succes. Zoals die heer zichzelf neerzet - en we kunnen de heer zo voor ons neerzetten in verbeelding hoe hij in zijn kracht staat - heeft hij wel succes bereikt omdat hij komt zelfs in jullie landen binnen.

Ik ben geen voorstander van hem.

Isaak: Nee, maar hij heeft wel succes. Hij heeft wel succes.

Amerika is ook anders, hè.

Isaak: Hij heeft wel succes. Als iemand succes heeft, doet ie het toch goed?

Hij spreekt toch mensen aan.

Isaak: Ja, omdat juist in de culturen van Amerika zijn er mensen die dus eigenlijk gewoon vaak te vriendelijk overkomen en niet zo vriendelijk zijn, dat hij zo onvriendelijk doet.

Door onvriendelijk of hard te zijn, ben je eigenlijk juist lief voor de mensen.

Isaak: Eigenlijk moet je zo zien: als heel lieve mensen kijken naar een heel grote beer en die beer die brult maar. Die beer die brult en die brult en die kleine kinderen zitten helemaal te bibberen: ja, we gaan aan onszelf werken. Zo'n grote beer hoeven jullie niet te worden maar jullie kunnen wel soms wat gaan brullen, laat ze schrikken. Er is altijd werk genoeg als je je werk goed doet, dan komen ze wel terug. Het resultaat is altijd het gene wat telt toch?

Ja.

Isaak: Nou, we hebben een gastheer uitgenodigd en die had een case. Wat was uw case?

Luister en buiver. Het gaat over waarnemen. Het gaat over het verschil tussen waarnemen zoals iets werkelijk is of zoals je denkt dat het is.

Isaak: Ja, daar kunnen we een heel goed antwoord geven. Was dat de vraagstelling? Of heeft u nog meer?

Waarnemen wordt vaak ingevuld door onze eigen gedachten.

En door onze zintuigen.

En ook de ervaringen.

Isaak: Dat is ook zo lieve, schone heer. Waarnemingen, wat je waarneemt. Wat zegt het woord? Waar neemt.

Wat je voor waar aanneemt.

Isaak: Precies. Dat betekent, het is voor jou waarheid. Op het moment dat wij ons verbinden met jouw onderbewustzijn en we laten jou waarnemen dan krijg jij symbolen of beelden, emoties, gevoelens en dat is voor jou waarheid. Die moet je kunnen vertalen voor jezelf. Dus stel dat wij, in welke sfeer wij ook zitten, jou impulsen geven, ga jij dat waarnemen in jouw fysieke voertuig

en dat ga jij in jouw symbolen of gevoelswerelden eigenlijk verklaren. Zo werkt het. Maar wat je waarneemt met jouw fysieke ogen naar buiten toe ga jij precies hetzelfde zelf verklaren. Dan krijg je beelden, gevoelens, emoties en dat is voor jou waarheid. Maar er kan ook een vertroebeling zijn van waarheid. Doordat je gewoon niet in goeie conditie bent. Bij wijze van spreken, je bent oververmoeid, dan ga je minder goed waarnemen omdat het fysieke voertuig eigenlijk last heeft van vermoeidheid. Kan zijn dat je een psychische stoornis hebt, dat je gewoon niet helemaal psychisch in orde bent, dan ga je ook weer niet goed waarnemen. Het kan zijn dat je of een drugsverleden hebt of een drugsgebruiker bent of een overmatig alcoholisme hebt, dat je alcoholist bent, dat je dus werkelijk niet meer bij bent, dan ga je ook weer anders waarnemen. Het kan ook zijn dat je dus eigenlijk beïnvloed wordt door gene zijde via dromen of via stemmen en dat jij die beïnvloedingen waarneemt als waarheid. Nou, als dat laatste het geval is, moet je heel goed een vraagteken bij zetten van: hoe komt dat? Hoe komt het dat ik nu ga waarnemen in een bepaalde leeftijd van of een bepaalde levensmanier of een bepaalde levenstijd van mijn bestaan? Kan het zijn dat mijn psychische zin nu zodanig zwak is dat ik nu niet goed waarneem? Dat ik dus in nood ben? Omdat, is heel simpel, als je beïnvloed wordt vanaf gene zijde, die wij zijn in de positieve zin, dan weet jij vanaf dat jij ter aarde bent gekomen dat jij een speciaal iemand bent. Dat betekent dat jij daar een weg in moet gaan slaan in de jaren van geboorte tot dood om dat neer te zetten zoals we dat zouden kunnen benoemen als de uitverkorene van die taak. Maar het kan ook zijn dat je dus eigenlijk beïnvloed wordt door negativiteit, door de mensen negativiteit kan ook, door je eigen negativiteit of door de gene zijde negativiteit, die wij lifters noemen, die liften met je mee. Die kunnen waarnemen precies wat jij waar wilt nemen. Gevaarlijk hè.

Ja.

Bedoelt u met lifters entiteiten?

Isaak: Ja, lifters zijn entiteiten, negatieve entiteiten. Die kunnen waarnemen wat jij waar wilt nemen. Zij zijn hier in huis. Ze zien precies hoe jij leeft, wat je bent, wat je zegt, wat je doet, wat je verlangt en ze kunnen dat waarnemen.

En dan gaan zij jou die waarnemingen geven in bevestigende zinnen. Dus ze geven jou wat jij wenst, anders krijg je geen vriendschap, hè. Als ze jou de stuipen op het lijf jagen dan is het gauw afgelopen. Maar die mensen die zij zijn, dus de entiteiten, die zijn niet goedgezind. Omdat zij geven jou je wensgedachtes. Ze willen je dus eigenlijk absorberen. Dus de energie die jij bezit, willen ze bezitten. Dus ze geven jou een goed gevoel en na een goed gevoel geven ze een slecht gevoel. Maar voordat je daar op de hoogte van bent, ben je eigenlijk al beïnvloed. Daarom is het altijd belangrijk om jezelf af te gaan sluiten van negatieve entiteiten of noem je ze positieve entiteiten zeg dan: “Het is negatief voor mij” omdat je hebt er niets aan. Je hebt er niets aan om ons te voelen de hele dag om jullie heen, heb je niets aan. Wat heb je daar aan? Waarom moet je jezelf vasthouden aan ons als wij eigenlijk één regel hebben bij ons, dat is: zoek ons niet op, wij zoeken jou wel op. Wij komen wel naar jou toe en wij geven jou wel het gene wat je nodig hebt in begeleidende zinnen van gevoelsmatigheid maar wij zijn niet constant om je heen. We geven jou signalen, gevoelens, impulsen en daar heb je genoeg aan maar we zijn niet constant om je heen. Je hoeft niet aan ons vast te houden. Dat willen we juist niet. We hebben meer te doen dan één ziel steeds te begeleiden. Behalve als je de functie zou gaan verrichten zoals een instrument dat moet doen. De rest ben je alleen een ziel met je levensboek bij ons die wij begeleiden in de evolutie daarvan.

Geldt dat ook voor je eigen gids?

Isaak: De vraagstelling stelt u?

Geldt dat ook voor je eigen gids, degene die bij je is vanaf je geboorte? Geldt dat ook daarvoor?

Isaak: Als je een gids hebt, schone vrouw, dan ben je mediamiek en dan hoor je te werken in de geestenwereld. Heb je geen gids, schone vrouw, dan ben je niet mediamiek maar dan heb je begeleiders/helpers. Dus heb je begeleiders/helpers om je heen, die komen en die helpen je maar ze zijn niet constant bij je. Daar hoeft je niets voor te doen, je hoeft daar niet speciaal iets

voor uit te voeren, je hoeft alleen maar te wachten wanneer je geholpen wordt.

Je mag er toch ook om vragen?

Isaak: Dat mag. Maar je wacht tot je geholpen wordt.

Dus het is inderdaad niet zo dat elke persoon een eigen gids heeft?

Isaak: Nee, dat is niet zo.

Dat zeggen mensen wel eens.

Isaak: Nee, het is niet zo. Helaas voor jullie die daar geloof in hebben maar het is niet zo. We zullen jullie even vertellen hoe zwaar het wordt voor ons om alleen maar gidsen naast jullie te zetten.

Hoe zit het dan met de hogere meesters die nu met de aarde aan het werk zijn?

Isaak: Laat hen hun werk doen. Kijk kind, alles is een evolutie. Iedereen heeft zijn taak. Degene die de taak heeft om te zorgen dat de evolutie hier ter aarde voltooid, die taak wordt wel voltooid maar dan hoef je niet jezelf mee bezig te houden. De mens heeft genoeg aan zichzelf, het is genoeg. Als je nou kijkt naar de miljarden mensen hier ter aarde, iedereen heeft een gids. Voordat ik, en mijn naam is Isaak tot gids kwam, nou ja, nu ben ik meester, heb ik echt een weg af moeten leggen en een keuze moeten maken om te kiezen voor een instrument, een bruikbaar instrument. Dat is eigenlijk al een weg die je dan af moet leggen op het moment dat je alleen die keuze hebt gemaakt. Het instrument moet nog de jouwe worden ook. Betekent: je moet zodanig beïnvloed worden dat het een instrument wordt. Het is niet makkelijk om een instrument tot je te nemen. Het is ook niet makkelijk om als gids te fungeren omdat je moet zodanig rekening houden met alle levensdraaiboeken van jullie en jullie karma en jullie doelstellingen en jullie problemen en dan moet je dus eigenlijk mee aan de slag. Denk je nou echt dat zij daarboven allemaal gids willen worden?

Lijkt me wel leuk.

Isaak: Tot je het eenmaal hebt, omdat bewerk een instrument maar zodanig dat je bruikbare instrumenten hebt. Dat is zwaar omdat vaak hebben wij eigenlijk de hoop niet opgegeven maar echt op gehoopt omdat een mens maakt alles mee. Ook een instrument maakt van alles mee. Die moet psychisch niet onderdoor gaan want als ie in krankzinnigheid over gaat is ie niet meer bruikbaar. Maar ja, stel dat je een instrument hebt en je laat het instrument verkrachten, je laat het instrument geslagen worden, je laat alleen maar associaties opdoen en dan nog hopen dat het instrument nog steeds het ziet als associatie en niet als slachtoffer. Dus daarom het boek 'Bekijk het, voel het en laat het los' dat is een goeie titel. Dus nee, jullie hebben begeleiders en als jullie ze gidsen willen noemen gaan ze niet beledigd zijn.

U zei dat je jezelf moet afsluiten voor lifters. Maar hoe doe je dat?

Isaak: Niet naar luisteren. Als een stem binnen jou komt en die stem is niet jouw gedachtenstem en je voelt het niet als je gedachtenstem. Een energie om je heen is, je voelt dat het niet de energie is die jij bent of je broeders naast je. Luister er niet naar. Luister pas naar die stem op het moment dat hij of zij zich letterlijk met jou één gaat maken, dat jij één wordt met hen zoals wij nu, dan mag je naar die stem luisteren. Heel simpel. Laat je dan op dat moment overschaduwen zodanig dat je in trance raakt en dat er geen twijfel meer mogelijk is dat het eigenlijk negatief is. Als je in trance durft te gaan volledig en degene die jou volledig overneemt, die persoon heeft dus volledig je fysieke voertuig en je geest. Als je dat durft en je durft werkelijk jezelf daarin over te laten gaan, dan ben je een trancemedium. En als je dus in trancemediumschap over durft te gaan en dan goed werk durft te gaan verrichten, durft te gaan verrichten, het woord durven, en als het werk goed is, zal het resultaat ook goed zijn. Dan pas weet je dat je in goeie verbinding staat met hogere zelf. Stel dat je jezelf in trance laat gaan en iemand neemt je over en het voelt slecht en iedereen om je heen gaat dat ook voelen omdat je dan zichtbaar bent, dan weet je het antwoord. Snappen jullie hem?

Ja.

Isaak: Dan zet je je kwetsbaar op. Dan ben je niet meer in illusie van: ik hoor een stem, ik word beïnvloed en dat is mijn eigen interpretatie maar je geeft je over. Dan ben je een trancemedium en wij kunnen je zodanig overnemen omdat wij nemen je zodanig over puur omdat wij ons zodanig met jou één laten worden dat wij jou worden en jij ons wordt. Dat kunnen wij. Dan ben je een instrument en een instrument die wat ziet of magnetiseert of voetreflex of al die andere zaken, die mogen dat doen maar weet wel je beperkingen daarin en wees blij met je beperkingen en zoek nooit meer op dan wat je kunt, want dan kun je tot krankzinnigheid overgaan. Is dat een duidelijke antwoord op je vraag?

Zeker.

Isaak: Wat voor tijd leven we?

Het is vijf over tien.

Isaak: Nog meer vraagstellingen?

Als iemand een leegte voelt in zichzelf omdat ie bijvoorbeeld geen liefde heeft ontvangen in zijn jeugd dan gaat zo iemand die leegte proberen op te vullen door anderen, dus door de buitenwereld of de omgeving. Tervijl het doel eigenlijk is dat je dat in jezelf zou moeten zoeken. Maar hoe doe je dat?

Isaak: Dat is een goeie vraag. Dank je wel voor die vraagstelling. Therapeuten, weten jullie dat?

Verbinden met jezelf en de buitenwereld erbuiten laten. Je moet de confrontatie met jezelf aangaan en kijken wat er achter zit. De angst aangaan en kijken zoals u altijd zegt naar de gedachte achter de gedachte. Dan krijg je verbinding met jezelf en moet je naar de eenzaamheid kijken van: waarom ervaar ik die eenzaamheid?

Het kinderlijke stuk wat je tekort bent gekomen mag je uiten in therapie en hoef je niet weg te stoppen.

Isaak: Het innerlijke kind zeg maar.

Ja.

Isaak: Acceptatie. Acceptatie, kind. Accepteer dat jij in een nest bent geboren dat niet liefdevol was. Accepteer dat je jezelf minder geprezen voelt dan misschien degenen die om je heen zijn. Accepteer je verleden en maak je heden. Denk aan je verleden in herinnering en zeg: “Het was een herinnering, wat ik mee heb gemaakt”. Zoals je vanavond je bord hebt opgegeten en nu ook niet mee zit. Zeg: “Ik verander mezelf zoals ik het wil. Ik ga daarvoor, maar ik doe het in daden, niet alleen maar gedachtes, niet alleen maar in woorden, maar in daden”. Accepteer, dat is het enige kind. Accepteer. Kun je dat?

Ja, maar je ziet bij anderen die daarmee worstelen dat ze aardig gevonden willen worden. Dat ze claimen of dat ze zeuren en het woordje acceptatie is lastig om over te brengen.

Isaak: Je accepteert. Accepteer bij wijze van spreken dat jij zodanig teleurgesteld bent maar dat je nu gewoon die teleurstelling om gaat draaien in niet meer teleurgesteld zijn. Zeg alleen maar: “Ik accepteer, ik accepteer, ik accepteer alles. Maakt niet uit, alles”. En dan verander ik het. Dus als jij iemand tegenkomt die klaagt, zeg dan tegen hem: “Accepteer”. Je mag wel z’n verhaal aanhoren maar niet te lang, niet te vaak en niet keer op keer. Zeg: “Oh, dat heb ik al gehoord”. Zolang je blijft luisteren in een slachtofferverhaal kan het zo zijn dat iemand blijft praten in het slachtofferverhaal. Op het moment dat je gaat weigeren dan moet iemand veranderen of hij gaat het bij iemand anders brengen maar niet bij jou. Dan heb jij er geen last van. Wij hopen dat jullie tijdens deze psychologische cursus even hebben ontdekt wat psychologie eigenlijk inhoudt. Wat houdt psychologie nou in?

Leren zeggen tegen anderen wat er is op elk gebied.

Kennis van hoe mensen in elkaar zitten psychisch.

De psyche van de mens.

Isaak: Precies. En dat is zo verschillend, hè. Dat je echt vele jaren tot studie moet overgaan om ze allemaal te hebben ontdekt, hè. Al die psychische gevoelens van de mensen en gedachtes van de mensen. Maar je bent de beste psycholoog op het moment dat jij aan gaat voelen, in gaat voelen en vanaf jouw eigen kracht. Maar de vraagstelling is altijd vooraf: wil je of wil je niet? Wil je niet, zie het dan alleen maar als tijdrovend en dat mag je als je daar je vermogen uit wilt halen. Blijf dan even een tijdrovend tegemoet gaan. Maar wil je tot succes overgaan, wees dan eigenlijk daadkrachtig in je spreken en ook in het eisen van hoe ze het wel moeten doen. Duidelijk?

Ja.

Isaak: We gaan naar de laatste psychologie toe. Nou, we eindigen natuurlijk deze cursus niet zomaar en jullie gaan allemaal een resumé van jullie zelf opschrijven: hoe jullie psychologisch sterker zijn geworden door deze psychologische cursus.

Zo, dat is een goeie.

Isaak: En dan mogen jullie allemaal voor gaan lezen volgende keer en natuurlijk willen jullie allemaal graag een certificaat of niet?

Ja.

Helaas ben ik er volgende keer niet bij.

Isaak: Nou, dan gaan we eindigen met een gebed en het gebed dat wij gaan noemen is: besluit.

Elk van jullie hier in deze ruimte heeft een keuze om te besluiten. En als wij ons richten tot het gene wat wij opnoemen: de bron waar jullie vandaan komen, de liefdesbron, de energiebron, de krachtbron, de essentie van jullie zelf. Als wij ons daar op gaan richten en jullie besluiten om die bron door

jullie fysieke voertuig heen te laten stromen en door jullie ziel, neem je dat besluit en dat werkelijk besluit en jullie roepen in jullie zelf de kracht op dan hebben jullie een goed besluit genomen en het besluit dat jullie nemen is het besluit om niet meer besluiteloos te zijn. Het besluit dat jullie nemen is een besluit om je eigen leven te leiden in kracht en niet over te gaan tot slachtoffer van andermans kracht. Loskomen van het verleden en het heden maken, dat is ook een besluit. Een goeie psychologe zijn en zeggen: “Ik besluit om anders te zijn daarin omdat ik gekozen heb voor die functie”. Een besluit om nu te gaan studeren en daar mijn diploma uit te halen en mensen te helpen daarin. Een besluit om niet meer besluiteloos te zijn in angst van besluiten maar puur om te geloven dat jullie kunnen zijn zoals jullie willen zijn. We danken jullie. Tot de volgende keer.

Dank u wel.

Isaak: Alstublieft.

Bijeenkomst 28 september 2010

Isaak: Goedenavond.

Goedenavond.

Isaak: De tijd en de ontwikkeling in elke tijd dat je jezelf hier tegenkomt is belangrijk voor elk. Neem de tijd om jezelf op je eigen tempo en in je eigen bewustwording zodanig neer te zetten dat je zegt: “Ik begrijp mijn eigen tempo en ik begrijp mijn eigen tijd”. Welk van jullie heeft in deze korte tijd, die wij kort noemen, zichzelf zodanig ontwikkeld dat ie beter zichzelf begrijpt in het woord psychologie?

Ik.

Isaak: Leg uit.

Ik heb het opgeschreven. U had gevraagd of wij samen wilden vatten wat we hier geleerd hebben. Ik vind dat ik wel veel geleerd heb. Ik zal het voorlezen. Cursus psychologie door Isaak: wat heeft het mij gebracht? Ontzettend veel kennis over de geest van de mens en wat daarbij hoort. Ik heb geleerd over mijn waarheid, hoe ik ben, denk, voel, leef en onderzoek. Wat ik voor mezelf kan betekenen door de heldervoelendheid, intuïtie en het inlevingsgevoel te herkennen, erkennen en accepteren. Ik durf meer te vertrouwen op mijn eigen oordeel en daardoor te handelen, in mijn behoefte te voorzien door grenzen te stellen en resoluut te zijn. Ik laat gedachtes en gevoelens los als ik dat nodig acht. Ik weet nu ook beter hoe ik gedachtes en gevoelens van anderen kan doorgronden en kan ordenen dat zij zelf hun weg leren vinden in geestelijke chaos. Daarin heb ik meer daadkracht ontwikkeld, geleerd probleemoplossend te zijn en doeltreffend advies te geven. Door objectieve vraagstelling word ik behoed voor misbruik van mijn tijd en goedheid. Degene die om hulp vraagt leren bewust en gemotiveerd met een probleem aan de slag te gaan en bijbehorend huiswerk te maken met genezing als doel. Worden gemaakte afspraken niet nagekomen, mag ik aangeven dat hulpverlening weinig zin heeft. Ik wil Isaak bijzonder bedanken dat hij mij dit alles heeft doen inzien.

Mooi.

Isaak: Namasté.

Namasté.

Isaak: Vragen of opmerkingen naar deze schone vrouw? Wat ze schreef?

Mooi verhaal.

Zo voel ik het recht uit het hart.

Isaak: Dus je hebt geleerd?

Nog resoluter te zijn en heel erg voor mezelf te kiezen.

Isaak: Goed zo.

Dank u. Ik weet niet of het in zo'n korte tijd was gelukt als ik niet hier was geweest.

Isaak: We zijn blij op het moment dat de fysieke mens zelf kiest om tot verandering over te gaan. Elk van jullie heeft de keuze en de mogelijkheden om veranderingen toe te passen in zijn eigen bestaan. Het is alleen de keuze die men maakt. Jij hebt de keuze gemaakt om jezelf neer te zetten in deze cursus die jullie psychologie noemen. Wij proberen jullie alleen maar te stimuleren om jullie zelf te wezen hier ter aarde en psychisch te kijken naar jullie behoeftes en ook psychisch te kijken: wat kun je betekenen voor je broeders? Wil je wat betekenen uit je eigen ego of wil je betekenisvol in het leven staan en daardoor veel gaan betekenen voor de ander die wij broeders noemen. Dat is een groot verschil of niet?

Ja.

Isaak: We kennen vele geesten die werken met de fysieke mens maar ze werken uit hun eigen fysieke behoeftes. Ze kiezen voornamelijk voor zichzelf. Hun ego staat voorop. Weten jullie dat verschil te trekken?

Voor jezelf?

Isaak: Als je een hulpverlener bent en je ego staat voorop, wat doe je niet?

Niet vanuit je hart werken.

Vanuit het kader van de ander.

Isaak: Deze is de juiste. Dat betekent dat je niet gaat verbinden. Op het moment dat je gaat verbinden, moet je je eigen ego, en dat is je eigen ikke, opzij zetten en vanaf de andere mens gaan kijken. Welke behoefte heeft dat mens? Welke behoefte heeft dat gevoel? Welke behoefte kun je vervullen zonder dat jij in kaders gaat denken en zonder dat jij jezelf voorop zet? Een heel simpel voorbeeld. Stel dat jij een hulpverlener bent en jij hebt tijd tekort en toch wil jij de andere mens helpen maar je hebt geen tijd. Wat doe je dan?

Dan maak je tijd of je maakt een andere afspraak.

Isaak: Je maakt tijd of je schuift je afspraak door naar een collega die wel tijd heeft. Zet je ego niet voorop. Zeg niet: "Ik moet". Zeg: "Ik geef dit prioriteit" omdat misschien heeft de patiënt geen tijd om te wachten tot een andere afspraak. Hoe vaak gebeurt het juist niet dat een mens moet wachten tot een volgende afspraak en dan is het juist te laat. Collectief samenwerken zou onze wens zijn. Wij werken collectief samen. We werken met jullie en we werken ook met de collectieve wereld die geestenwereld heet. Wij hebben geen ego. Wij zeggen niet: "Laat mij het maar doen". Nee, als we een broeder ontdekken die beter is in dat aspect dan geven we het door aan de broeder en nog graag ook. Is er jaloezie tussen jullie? Veel jaloezie. De ene kan het beter dan de andere. De ene chirurg is beter dan de andere. De ene medicus doet het nog beter dan de andere maar gaat het niet om de kwaliteit van succes? Waarom sterven kinderen tussen jullie? Omdat ze te laat onder

behandeling raken of ondergeschikt worden. Stel dat je een persoon in je praktijk krijgt en die is suïcidaal maar je hebt geen tijd en je zegt: “Kom volgende week terug”. Misschien is het te laat. Lieve kinderen, probeer niet volgens jullie ego te werken. Probeer simpelweg te werken volgens de behoefte van de ander. Als jij een patiënt krijgt en die patiënt heeft de raarste gedachten en het past niet in jouw kaders, zolang er geen schade verricht wordt aan derden dan mag je niet volgens je eigen kaders denken. Altijd ruimdenkend zijn in liefde, liefst. De volgende. Je opdracht, huiswerk.

Ik heb een heel verhaal geschreven. Ik heb met name heel veel geleerd over mezelf maar ook over het werk.

Isaak: Goed spreken omdat natuurlijk wordt het opgenomen.

Er is gesproken over dat je moet uitgaan van de kaders van een persoon. Ik denk dat ik in mijn werksituatie dat zoveel mogelijk doe maar misschien ook bewust of onbewust mijn eigen kaders op beschreven situaties betrek. Dus dat ik het niet op mezelf betrek die kaders.

Isaak: Dus je bent vrij van kaders?

Nee, maar dat ik rekening probeer te houden met de ander. Maar dat ik niet rekening houd met mezelf dus met mijn eigen kaders en grenzen.

Isaak: In de werksituatie?

In de werksituatie maar met name in de privésituatie. Daar heb ik een grote blinde vlek. Maar goed, daar begin ik nu zicht op te krijgen. Ik vind mezelf een gever en ik vraag me af of dat niet tweeledig is. Dus doe ik het juist niet om er iets voor terug te krijgen? Erkenning, gezien te worden? Of uit onzekerheid? Daarnaast geeft het me ook een goed gevoel. Dat vind ik dus een beetje lastig. Ik vind zorgen voor anderen ook prettig.

Isaak: Is het een vraag of is het een stelling?

Een stelling. Ik denk dat het voor mij tweeledig is dat ik zo ben. Zorgen voor anderen vind ik fijn maar dan denk ik ook: is het compensatie omdat ik zelf geen kinderen heb dat ik daarom juist heel zorgend ben en heel erg een gever?

Isaak: Ja.

Ik heb daar nooit zo bij stil gestaan en dan denk ik: oh, misschien kan het ook wel zo werken bij mij.

Isaak: Ja, dat is ook zo.

Daarbij ga ik dus over mijn eigen grenzen heen.

Isaak: Omdat iemand die zorgt, die zorgt zodanig graag voor iemand tot overbodigheid toe.

Ja. Als ik weet wat ik wil, en heel vaak weet ik niet eens wat ik wil, dan geef ik mezelf de ruimte niet om mijn eigen pad op te gaan. Ook dat is gebaseerd op angst en afkeuring. Ik ben ook bang om de verkeerde keuzes te maken waardoor er een verkeerde uitkomst uit komt. Ik mag van mezelf geen fouten maken en ik weet nu wel dat dit niet reëel is. Ik heb de controle over mezelf en ik moet mijn hart gaan volgen en gaan staan voor de keuzes en besluiten die ik maak. Ik denk dat ik daar ook hulp bij nodig heb dus ik ga zorgen dat ik die hulp ga krijgen.

Isaak: Welke hulp is dat?

Misschien nog wat privé-consulten. Ik denk dat mensen mij heel lief benaderen vaak en dat ik meer confrontatie nodig heb om mij inzicht te geven.

Isaak: Wat belangrijk is schone vrouw, is zelfvertrouwen. Hoe zit het met je zelfvertrouwen?

Dat is over het algemeen laag. Maar in het werk is het redelijk aanwezig in cliënt relaties. Naar collega's toe is dat weer anders.

Isaak: Kind, je spreekt in meerdere talen. Hoe is je zelfvertrouwen? Slecht. Ik zet mezelf professioneel neer. Dat heb ik mezelf aangeleerd. Dat ligt verder bij je af dan mensen waar je mee omgaat in je privé zoals collega's. Die komen ook in je privé omdat daar ben je in direct contact mee en mensen die je lief zijn. Werk aan je zelfvertrouwen.

Dat ga ik ook doen.

Isaak: In eerste instantie, hoe creëer je zelfvertrouwen schone mensen?

Door te doen.

Eerlijk naar jezelf te kijken.

Isaak: Vertrouwen.....

Op jezelf.

Isaak: Precies. Dan hebben we geen mensen over in deze ruimte. Vertrouw op jezelf. Op het moment dat je dat hebt gecreëerd, dan is er geen angst meer toch? Al zit jij in een energie die absoluut niet past in de sfeer waar jij jezelf bevindt maar als jij vertrouwt dat jij weet wat je nodig hebt op dat moment dan is het toch meer dan voldoende, toch?

Ja.

Isaak: *Maar*, die gebruiken we niet maar vandaag wel.

Die gebruik ik wel heel veel naar mezelf toe maar dat mag niet meer maar dat deed ik dus wel. Bij mijn cliënten kan ik hem ombuigen. Het lijkt wel of het kwartje bij mij soms niet valt. Verstandelijk weet ik het wel maar dan blijft het hangen zodat het besluit geen besluit is maar een voornemen. Ik moet gewoon besluiten nemen.

Isaak: En bij het besluit blijven.

En uitvoeren.

En ook doen.

Isaak: Dat komt alleen maar als je bij het besluit blijft. Jij besluit en dan blijf je bij je besluit omdat de *maar's* brengen je weer uit je besluit. Dus vele kinderen besluiten om dus een bepaalde instelling aan te nemen maar dan hebben we weer redenen om weer een besluit om te buigen in een ander besluit. Doodvermoeiend om steeds maar opnieuw te besluiten. Ik besluit om vandaag bij mezelf te blijven, komt iemand in jouw levensenergie en op dat moment is het besluit weer weg. En dan besluit je weer de volgende dag en weer de volgende dag en zo gaan de jaren voorbij. Je besluit, een simpel voorbeeld: te stoppen met roken maar ja, ik stop eigenlijk op 1 januari. Die begrijpen we ook nog niet hoor. Waarom 1 januari, het is toch maar een dag?

1 januari duurt vaak nog zo lang.

Dan kan je er nog even over nadenken.

Isaak: Op het moment dat 1 januari er is en je hebt hoofdpijn door al het feesten en beesten en de drank, dan is het eerste wat je doet een sigaretje opsteken omdat dat kan niet. Ja kinderen, jullie houden jullie eigen zelf heel vaak....

Voor de gek.

Isaak: Ja, en daar houden jullie nog van en dan zijn jullie lekker bezig. Stel dat je besluit om stressloos te zijn. Ja, heel vermoeiend om geen stress meer te hebben. Wat moet je dan met je tijd? Gelukkig zijn? Niks doen? Ik besluit maar een vrije dag te nemen. Je hebt een vrije dag en je denkt: wat moet ik gaan doen? Ik besluit om een relatie aan te gaan en op dat moment komt de persoon die zegt: "Relatie?" En dan is het *maar*. Wij vragen ons soms af wanneer het goed genoeg is voor jullie fysieke mensen.

Nooit.

Isaak: Dat willen wij jullie afleren. Het is altijd goed genoeg als je maar besluit dat het goed genoeg is. Dus je partner is misschien anders dan je creatie van je droomwereld maar je besluit om het te aanvaarden zoals ie is. Je besluit je lichaam goed genoeg te vinden en die altijd overvloedige pondjes en desnoods dat aantal rimpels en grijze haren besluit je om dus te aanvaarden. Zo gaat het en niet anders. Ik besluit mijn verleden mijn verleden te laten. Ik besluit niet meer mijn vader of moeder te zijn. Ik besluit niet meer mijn leraars te zijn uit mijn verleden of mijn exen. Ik besluit om vrijheid in mezelf te vinden en ik besluit om te zijn. Zo simpel toch?

Heel simpel.

Mag ik daar iets over vragen?

Isaak: Graag.

Als mensen een besluit hebben genomen en het eigenlijk een te moeilijk iets vinden wat ze hebben bedacht, val je dan niet van het één in het andere besluit omdat je steeds het verkeerde of een te moeilijk doel neemt?

Isaak: Je besluit steeds keer op keer opnieuw te besluiten tot jij tevredenheid bij jezelf creëert.

Oké.

Isaak: Dus als jij besluit om heel de dag niets te doen is dat jouw besluit en is jouw tevredenheid maar wees dan ook tevreden.

Is dat dan ook het verschil tussen als je een besluit neemt en je gaat het veranderen dat het een ander besluit wordt dat je tevreden bent?

Isaak: Als je maar tevreden bent.

En als je ontevreden bent dat het besluit een voornemen was?

Isaak: Als jij ontevreden bent, dan zegt jouw innerlijke zelf dat het geen goed besluit is. Stel dat je besluit, en dat is een goeie voor velen: je besluit om ten huwelijk te gaan en het moment dat je *ja* hebt gezegd, heb je eigenlijk al spijt van je besluit. Ja kind, geef je het aan. Op dat moment heb je besloten om *ja* te zeggen, en je voelt dat het eigenlijk geen *ja* is. Die ervaring heb je opgedaan en zeg dan weer: “Nee”.

Ik zei: “Ja”.

Isaak: Wanneer?

Mijn 1^{ste} huwelijk.

Isaak: En ook *nee*.

Ik zei: “Ja”.

Isaak: Ja, maar ook weer *nee*. Op het moment dat jullie weer uit elkaar zijn gegaan is het weer een *nee* geworden en dan heb je weer *ja* gezegd en weer uit elkaar is een *nee* geworden en nu besluit jij wat?

Ik besluit nu om het beter te doen.

Isaak: Het was toch goed?

Het kan altijd beter.

Isaak: Het is goed als het goed voelt.

Precies.

Isaak: En op het moment dat je evolueert tot een ander proces dan wordt het weer goed. Beter, vergelijk nooit met het woord beter. Als jij een klein huis hebt, is het goed of is het niet goed. Als je een groot huis hebt, is het goed of niet goed. Je kunt zeggen: “Het is beter” maar waarom? Het kan ook

gewoon goed zijn. Jij zegt: “Ik ben getrouwd voor de vijfde keer. De vijfde is beter dan al de andere vier keren”. Dat is niet eerlijk omdat toen was het goed genoeg anders was je er niet in blijven hangen. Maar het voelt beter op dat moment. Wij begrijpen jullie ook wel omdat dat moment zit je in die positieve energie: het is nu beter dan toen. Maar toen je toen zat, was het niet beter wat jij in de toekomst zou krijgen omdat wist je nog niet. Daarom spreken wij zoals van de woorden: afscheid is vooruitgang. Is het beter dat jij ouder bent dan toen jij jong was?

Nee.

Isaak: Het is wel goed.

Ja, het is wel goed.

Isaak: Is het beter wat je gister hebt gegeten dan vandaag?

Nee.

Isaak: Het is goed. Het heeft je buik gevuld al zijn het een aantal gerechten die men ongezonder noemt. Het was goed genoeg omdat toen heb je het tot je genomen. De mens moet wat makkelijker worden. Maar ja, we zijn blij dat jullie zo moeilijk zijn, dan hebben wij genoeg werk te doen.

Er wordt gelachen om Isaak.

Isaak: Bent u uitgesproken?

Ja, het komt allemaal op hetzelfde neer. Ik reageer uit angst. Ik moet meer mijn eigen sfeer bepalen en uit een sombere onderlaag komen.

Isaak: Dat heb je goed gezegd. Mijn eigen sfeer bepalen. Het is fantastisch dat u deze woorden spreekt. Elk van deze mensen hier heeft een eigen sfeer, iedereen is uniek. Zie jezelf als een kleur, als een licht. Mijn kleur, mijn licht, maakt deze sfeer. Oh, je hebt een blauwe kleur, blauw licht, ik ben paars. Het

hoeft niet te vloeken hoor, alles kan samengaan, puur door harmonie en willen zijn zoals men is want anders verander je zelf. De terrasjes zijn gevuld in de zomertijden om te kijken naar andermans sferen. Jullie zijn zo nieuwsgierig naar anderen. We gaan mensen kijken op terrassen en jullie gaan apen kijken of dieren kijken dus jullie zijn leergierig. De beste meester die jij hebt, ben jij zelf. Niemand anders kan je vertellen hoe het hoort maar je moet wel luisteren. Namasté.

Dank u.

Isaak: De volgende.

Ik hoop dat ik het kan lezen.

Isaak: We hebben een lamp.

Wat een ervaring: de tweede keer bij Tresi en dus ook de tweede kennismaking met Isaak. Ik voelde meteen zijn energie en kreeg er een fijn gevoel van. In mijn werk, maar ook privé, probeer ik zoveel mogelijk de dingen vanuit mijn gevoel te benaderen wat ik zeker niet van huis uit mee heb gekregen. Sinds ik kinderen heb gekregen is mijn intuïtie alleen maar versterkt. Alleen liep ik er vaak nog tegenaan dat ik er niet altijd op durfde te vertrouwen en soms verstandelijke keuzes maakte. Ook in mijn werk probeer ik zoveel mogelijk die kennis te combineren met wat mijn gevoel mij zegt. Het lastige is dat er teveel in kaders wordt gedacht. Je kunt immers niet iedereen in een kader plaatsen. Met mijn vorige baas/werkvloer vormden we samen een goeie combinatie. Ik vanuit mijn gevoel en hij vanuit de theorie. Toch botste dat nog wel eens. Nadat ik weer eens in die valkuil was getrapt door niet naar mijn gevoel te luisteren, bleek later toch dat ik gelijk had maar ik had er op dat moment niet de vinger op kunnen leggen. Wat een verademing om dan tijdens zo'n cursus bevestigd te worden. Juist je gevoel volgen, niet nadenken maar vanuit je gevoel dingen zeggen en benaderen, intuïtief bezig zijn. Ik kwam er ook achter dat juist je gevoel zoveel zegt over vriendschappen en dat je niet moet aanhouden omdat dat wordt verwacht na zoveel jaren vriendschap. Toch zolang blijven proberen omdat je denkt dat het zo hoort waardoor je negatieve energie ontvangt wat irritaties geeft. Loslaten geeft ruimte voor nieuwe dingen. Eerlijk is eerlijk, ik vond het moeilijk. Ik hou graag de dingen vast maar heb ingezien dat het niet goed is voor mij. Mijn behoeftes waren veranderd. Ik heb

een aantal knopen doorgehakt. Het was niet makkelijk maar ik ben er heel blij mee. Daarnaast heb ik ingezien dat problemen in het verleden daar ook boren te blijven. Leren loslaten en leven in het hier en nu. Vroeger was ik erg direct en werd ik daar wel eens op afgerekend. Eerlijk je mening zeggen of je gevoelens uiten werd op mijn eerste werksituatie niet erg gewaardeerd. Ik had het gevoel op eieren te lopen. Gelukkig heb ik wel ingezien dat het aan de mensen op het werk lag en ik heb het nooit afgeleerd maar ik werd wat milder. In deze cursus heb ik juist weer geleerd dat resoluut zijn juist een must is, dan ben je echt. Denk niet teveel na over wat je zegt, je hebt het verteld vanuit je eigen gevoel, het is jouw waarheid en dan hoef je niet aan jezelf te twijfelen. Ik probeer ook mijn kinderen op die manier op te voeden. Ga op je gevoel af, wees eerlijk, zeg wat je denkt en voelt. Heb je er geen goed gevoel bij? Doe het dan niet. Loslaten lijkt voor hen makkelijker te zijn dan voor mij. Ze denken niet teveel na over morgen. Nee, vandaag is belangrijk. Heerlijk om zo op te mogen groeien. Ik bedank Tresi en Isaak voor de wijze lessen en hoop in de toekomst nog meer bijeenkomsten te mogen volgen. Sorry dat was een heel verhaal.

Isaak: Nooit sorry zeggen. Namasté. Opmerkingen?

Ik denk dat deze vrouw, ik ken haar 30 jaar, zelf vaak meer geschrokken is van haar scherpe tong dan haar omgeving. Ik denk dat de omgeving, in mijn geval zeker, het vaak juist gewaardeerd heeft. Omdat ze heeft vaak aangezet tot nadenken. Zelf denkt ze dan: oei, ik had het misschien iets anders kunnen zeggen en dan had ik ook dat effect kunnen bereiken. Ik heb dat nooit als storend gevonden maar juist als kwaliteit gezien.

Isaak: Nou, onthoud dat.

Als ik daarop mag reageren. Ik merk in mijn huidige werk dat het juist heel erg gewaardeerd wordt. Terwijl wat ik net beschreef in mijn eerste werksituatie stagiaires vaak voor mij gewaarschuwd werden voor mijn scherpe tong en ik weet wel dat mensen bang voor me waren en dat brengt je wel aan het twijfelen.

Ik heb altijd geleerd: eerlijkheid duurt het langst. Ik heb zelf in mijn werksituatie ook meegemaakt dat ik er ook op afgerekend werd dat ik eerlijk was.

Isaak: Heel veel kinderen die denken, zeggen het niet. Wij leren jullie andersom. Wat je denkt, wat je zegt en wat je doet, drie krachten die je bezit.

Je bent een fantastisch mens in je eerlijkheid en oprechtheid omdat je hart is eerlijk. Jij zegt het niet om te krenken. Jij zegt het omdat het zo is in jouw gevoelswereld en dat wil niet zeggen dat een ander mens dat ook zo voelt maar het is jouw gevoelswereld. Als ons instrument ons vertegenwoordigt, vertegenwoordigt ze mijn naam is Isaak. Mijn naam heb ik in eeuwen tijd verdiend. Ons instrument is een instrument: een mens met haar eigen fysieke menselijkheid of je zou het ook kunnen noemen evolutie of desnoods beperking als je dat zo wilt zien. Maar toch hebben wij nooit en te nimmer schaamte over het gene wat ons instrument ervaart of doet of zegt omdat ze zet een trend. Omdat de openhartigheid en eerlijkheid en ook directheid van ons instrument. Betekent dat wij ons werk goed hebben gedaan. Omdat je voedt het kind op om zichzelf te zijn toch? Wij voeden ons instrument op om haarzelf te zijn. Dat is met jullie ook. Jullie wisselen ook in jullie gevoelswereld als jullie maar de ruimte en tijd voor nemen om dat je aanvaarden. Ooit was je verliefd op iemand en jij komt hem tegen twintig jaar verder en je snapt niet waarom je ooit die verliefdheid hebt gehad. Maar als je teruggaat in de tijd zie je jezelf nog verliefd zijn. Hoe kan dat? Omdat alles is een creatie van, een momentopname van. We zitten nu in deze ruimte met jullie. Jaren verder kunnen jullie ons herdenken zoals jullie dat willen maar nu is het onze energie die echt is. Leef en maak je eigen behoeftes dan zijn wij content. De volgende.

Het is een lang verhaal. Ik heb niet zozeer het idee dat ik speciaal door deze cursus sterker ben geworden maar het is wel zo dat het heeft bijgedragen in het proces waar ik al in zat. Ik ben aan het leren mezelf meer te accepteren zoals ik ben. Het helpt eigenlijk de kloof tot de ander op te heffen. Dus de ervaring is: onzekerheid schept een kloof tot andere mensen. Je bent erg met jezelf bezig en je bent erg aan het bekijken hoe anderen op je reageren en dat geeft een soort scheiding tot anderen. Je maakt het te groot of te belangrijk of je bent te kritisch naar anderen toe als je jezelf niet waardeert. Dat moet ik gaan leren. Als je jezelf meer durft te zien zoals je bent, dus je goede en slechte eigenschappen, ben je ook minder afhankelijk van andermans oordeel. Dat maakt ook sterker en onafhankelijker en dat geeft ook rust. Ik heb nog een lange weg te gaan. De eerste stappen zijn genomen. Verder moest ik denken aan een uitspraak die ik ooit heb gelezen van een Boeddhistische monnik en dat vond ik zo mooi. De uitspraak is: depressie is uitgesteld handelen. Wat ik aan mezelf merk, is dat ik veel actiever ben de laatste maanden. Ik had

nog wel eens de neiging om op de bank thuis te denken: ik moet dit en dat en dan zeg ik daar tegenop of ik kwam niet op gang. Dat is veel minder geworden. Ik maak lijstjes en die werk ik ook af. Ik was met een studie begonnen en daar ben ik nu ook mee bezig. Het grappige effect is als je dat een tijdje doet en volhoudt dat het op de één of andere manier in je systeem gaat zitten.

Isaak: Krijg je energie van.

Precies, krijg je steeds meer energie van en je gaat je steeds prettiger over jezelf voelen en dat geeft ook een positief effect voor je zelfbeeld. Ik heb het idee dat deze cursus daar zeker aan heeft bijgedragen.

Izaak: Namasté.

Namasté.

Isaak: Namasté betekent mijn hart tot jouw hart. Alles heeft met het proces te maken van je eigen evolutie. Gedachten, woorden en daden gebruik je dagelijks en je blijft in het licht. De volgende.

Ik wil beginnen om Isaak uit het diepst van mijn hart te danken. Ik heb een tijdje geleden een wens geuit naar de kosmos toe om iemand te mogen ontmoeten waar ik van zou kunnen leren. Dat begon met het boek van Isaak in de bibliotheek tot de website van Tresi en nu dat ik hier zit. Geweldige avonden waarin ik als een spons zeg maar, heb gezeten. De eerste keer was too much. Ik steeg van de energie van die avond. Mijn dank dat ik vanuit een andere dimensie inzichten mag hebben ontvangen en deze nu mag toepassen.

Isaak: En uitdragen.

Ja, en uitdragen naar anderen. Wat ik heb geleerd is dat je als therapeute best strenger en krachtiger naar de cliënt toe mag zijn. Dat je erop moet staan dat ze hun huiswerk maken en dat je een soort contract moet maken waaraan men zich moet houden als ze willen veranderen. Dus dat je daar best stellig in mag zijn. In de praktijk probeer ik dat al op te stellen en dan zeg ik ook dat ik wil dat ze iets doen de volgende keer. Ik heb ook gemerkt

dat degene die dat niet deed wegbleef en dat het zich vanzelf regelt. Wat ik ook merk in de praktijk is dat ik mijn agenda te vol plan en dat afspraken dan niet doorgaan en dan denk ik van: lekker even tijd voor mezelf en dan zal het voor die ander ook wel niet de tijd zijn. Dus daar geniet ik van dus het lijkt wel of dat allang geregeld is voor mij. Ik heb wel het idee dat er goed voor me gezorgd wordt.

Isaak: Dat is ook zo.

Ik ben iedereen die mij daarin begeleidt van de andere wereld heel dankbaar voor. Ik heb geleerd in deze cursus dat je je emoties eerlijk moet laten zien, ook als dat boosheid is. Als je bijvoorbeeld behoefte hebt om rustje te maken moet je daar aan toegeren. Dat je naar je behoefte moet kijken in dat moment als mensen iets van je willen. Ik moet wat dieper in mezelf gaan voelen omdat ik als gever minder goed kan voelen. Ik heb een hele periode gehad dat ik een beetje als verdoofd mijn leven leidde. Dat is nu aan het veranderen. Daar bewust van te zijn probeer ik in praktijk te brengen. Natuurlijk val ik wel eens terug in het oude patroon maar daar ben ik me bewust van en ben dat voor en denke: ik moet naar mezelf luisteren. Een heel goed voorbeeld in deze cursus was een afspraakje met een vriendin waar je geen zin in hebt om wat voor reden dan ook. Dat het niet erg is om dat af te wijzen en dat je naar je behoefte moet luisteren maar ook dat het een momentopname is. Dat het op dit moment zo is maar het volgende moment weer anders kan zijn. Ik heb ook ervaren dat je een behoefte kan maken, dat vind ik ook een hele krachtige. Je kan de omstandigheden dus zo maken dat je er wel zin in hebt. Met die vriendin vond ik een hele krachtige want de dag nadat we dit hadden besproken had ik contact met haar op de mail en we hebben een paar maanden later afgesproken en het was een fantastische bijeenkomst. Ik heb ervan genoten en mijn kijk erop is heel anders geworden. Dat was een momentopname van het ene moment had ik er geen zin in en het andere moment voelde het heel goed.

Isaak: Alles creëer je. Je creëert deze bijeenkomst, positief of negatief. Je bent in de bijeenkomst positief of negatief. Het is allemaal een creatie vanaf je eigen innerlijke wereld.

Het hele krachtige vond ik ook als je schuldgevoelens hebt dat je jezelf dan realiseert dat je aan zelfkastijding doet. Als je jezelf daarvan bewust bent dat je dat doet, dat je het beter los kunt laten. Wat heeft het voor zin om jezelf te blijven straffen voor iets? Dat kan ik

ook weer doorgeven aan cliënten. De leegte in jezelf opvullen die ontstaan is doordat er in je jeugd een behoefte niet vervuld is, dat je die kunt opvullen en kunt loslaten door het te accepteren. Dat vind ik ook een hele sterke. Het verleden is het verleden, maak een nieuw beden. Dat zijn allemaal van die uitspraken die

Isaak: Spreek ze uit. Er zijn mensen die gaan deze informatie tot zich nemen via schrift.

Maak een nieuw beden, dat vind ik een hele mooie. Wat ik verder heb opgeschreven is meer een samenvatting wat er straks ook in het boek komt te staan dus ik weet niet of ik dat moet herhalen. Er staat veel in waar ik als therapeute heel veel aan heb.

Isaak: Namasté. Vragen/opmerkingen?

Mooi gezegd ook.

Isaak: In zo'n korte tijd al zo ver gekomen, elk van jullie. Stel dat jullie nu in jaren tijd op een cursus waren gegaan. Wat hadden we van jullie gemaakt? Meesters? Begin bij het begin en het begin is gemaakt en zet voort. Onderzoek jezelf steeds, onderschat jezelf nooit, heb jezelf lief. Heerlijk is dat om te doen.

Mag ik ook nog een mooie spreuk toevoegen? Ik las van de week in een blad deze spreuk: wat er op je pad komt, kun je niet bepalen, welke kant je opgaat wel. Dat vond ik een hele mooie. Je kunt niet altijd je weg maar je kan wel je keuzes beïnvloeden.

Isaak: Wat je bent straal je uit, trek je naar je toe. Je trekt naar je toe het gene wat je nodig hebt op je pad. Dus eigenlijk wie zegt dat je het niet bepaald hebt? Het is en blijft een ervaring. Het gaat om hoe ga je met deze ervaring om, positief of negatief. De volgende.

Ik heb natuurlijk niet zoveel ervaring als jullie. Ik las afgelopen zondag iets over spijt. Heel veel mensen hebben spijt en die blijven stilstaan. Snappen jullie me?

Isaak: Heel veel mensen die blijven hangen in het verleden, schone heer. En hebben ze alleen maar slachtoffer, slachtoffer, slachtoffer energie bij zich. Als je het loslaat ben je vrij daarvan. Kijk, jij bent na een hele lange tijd weer teruggekomen in onze aanwezigheid en daar danken we je voor.

Daar ben ik ook dankbaar voor.

Isaak: De volgende.

Wat ik heb opgeschreven is het volgende. Ik ervaar steeds meer dat het klopt dat ik mijn eigen behoefte in het moment mag volgen en ook mag vervullen, dus eigenlijk de ingeving wat ik graag zou willen doen. Het klinkt een beetje tegenstrijdig waar we mee begonnen vanavond dat het vanuit je ego kan zijn. In mijn geval denk ik dat het toch wel goed is dat ik er meer gehoor aan mag geven omdat ik me er vroeger heel schuldig over heb gevoeld als ik dat deed of heel verantwoordelijk of verplichtingen voelde. Nu zie ik dat het me juist verder helpt als ik wel mijn eigen intuïtie of behoefte volg. Ik denk dat het een duidelijke verklaring is.

Isaak: Op het moment dat jij handelt vanaf jouw behoefte is er niets mis mee. Maar als je werkzaam bent met de ander mag je niet vanaf je eigen behoefte werken, moet je vanaf de behoefte van de ander werken. Jij bent helpende, stimulerend, steunend. Maar stel dat iemand behoefte heeft om dus niet te veranderen, laat je hem in die behoefte zitten. Dat is het gene wat we het eerste spraken. Maar als je het in de persoonlijke zin gaat betrekken, dan keuren we het natuurlijk weer goed. Betekent dat je meer voor jezelf gaat opkomen.

Ik heb ook gemerkt, waar we het de vorige keer over hadden, dat het soms goed is als hulpverlener meer confronterend te zijn of strenger op te durven treden als de motivatie van de cliënt twijfelachtig is of als ie zijn huiswerk niet doet. Dat ik dat sneller aan de orde mag stellen. Dat bedoel ik er eigenlijk ook mee.

Isaak: Ja, dat klopt, dat je strepen zet. Deze streep ben jij overtreden. Betekent je plaatst iemand terug en je zegt: “Ik ben degene die jou helpende

energie aanreikt en als je het niet aanneemt, kan ik je niet helpen. Dan weiger ik om op dit moment nog met jou in deze wisselwerking te gaan”.

Ik had vandaag nog zo'n contact. Op een gegeven moment hebben we het duidelijk uitgesproken en het ook beëindigd.

Isaak: Dat is beter dan het vasthouden en dan op je ego gaan zitten teren: ik houd het vast omdat mijn ego voelt zich falend op het moment dat ik het los zou laten. Stel dat je drie jaar bezig bent met een patiënt en jij haalt nog steeds geen resultaat, dan voelt dat niet prettig. Goed zo.

Ten slotte heb ik ook opgeschreven om mensen te durven loslaten op het moment dat het niet meer past. Dan heb ik het niet over mijn rol als hulpverlener maar meer persoonlijk.

Isaak: In het fysieke zelf?

Ja.

Isaak: Kijk schone vrouw, jij bent behoeftig. Je hebt behoefte aan echte contacten. Je hebt behoefte in groei, leren. Anders zoek je deze bijeenkomsten niet op. Anders ga jij niet over tot reizen voor spirituele ontwikkeling. Je wilt gewoon jezelf in een hogere gradatie neerzetten in dit leven zoals je nu leeft. En als je mensen in jouw bestaan krijgt die alleen maar jouw energie tegenhouden, dat betekent dat ze de schaduwzijde van jouw krachtigheid zijn, dan kom je niet tot tevredenheid toch?

Nee.

Isaak: Die mensen laat je los en dan zoek je andere mensen op die wel met jou meegroeien. Die wel dezelfde insteek hebben en dezelfde inzichten willen hebben en desnoods verkrijgen door hun zoektocht tot henzelf: bewustwording. Onthoud dat. Jij bent al jaren achtereen bezig met je spirituele ontwikkeling. Je maatschappelijke positie heb je neergezet. Je spirituele ontwikkeling blijft jouw leidraad. Houd dat vast en verlies dat nooit uit het oog. Je wordt ongelukkig als je dat doet. Dan verval je aards en dat is

geen voeding meer. Wat je ook doet voor moois in je fysieke aardse bestaan, het geeft geen voldoening als je niet volledig vanaf je kern werkt. Dus vanuit binnenin voelt, bent en wilt zijn. Namasté. Toevoegingen/opmerkingen?

Ik heb iets kleins gemaakt en ik hoop dat uw instrument dat thuis gebruikt. Ik heb erop geschreven: licht, wijsheid, Isaak, Tresi. Op het andere ding staat: van Madeleine met heel veel dank voor het leren. Dat wil ik graag aan het instrument geven. Alstublieft.

Isaak: We zullen het doorgeven.

Dat is goed. Dank u wel.

Isaak: Wij volgen elk gesprek in het leven van ons instrument. Dat betekent dat wij aanwezig zijn in de seances, voor de seances en achteraf tot het instrument weer huiswaarts keert. Prachtig geschenk. Licht, liefde, zuiverheid maar als ons instrument nu sprekend zou zijn dan zou ze aan jou vragen: “Waar blijven de jurken?”

Die kon ik niet zo goed vinden. Maar ik heb binnenkort opnieuw een cursus dus die houdt ze tegood.

Isaak: Wij spreken, niet ons instrument.

We zullen het onthouden.

Isaak: Wij spreken, niet ons instrument. Wij weten hoe ons instrument werkt en is: spontaniteit en spreekt vaak voor haar beurt. Nou, we hebben hier certificaten. Elk certificaat dat jullie uitgereikt krijgen is kostbaar. Niet omdat de naam Isaak er onderstaat maar puur omdat jullie deze certificaten jullie zelf hebben toebedeeld. Jullie hebben er zelf voor gezorgd dat jullie hier in deze ruimte aanwezig waren met bekenden of vreemden. Jullie hebben zelf gezorgd dat mijn naam die Isaak is, in jullie harten leeft. Ooit in de tijd komt er geschiedenis, dat betekent dat deze certificaten ook hetzelfde mee gaan maken op het moment dat je het koestert. Natuurlijk is het puur een

symbool, een symbool van herkenning dat wij erkennen dat jullie goede studenten zijn geweest en daarom deze certificaten toebedeeld krijgen.

Certificaat Marijke; heeft deelgenomen aan de cursus ‘psychologie’ van meester Isaak.

Lieve mensen,

Als de mens behoefte heeft om zichzelf psychologisch in kennis te stellen, moet de mens eerst zijn eigen psychologische kennis erkend hebben en ook zijn zwakheden hierin aan te gaan en te veranderen. Weet lieve mensen, de wil, de kracht en het doorzettingsvermogen brengt jou dichterbij jezelf en je medemens. Heb lef en oordeel nooit vooraf maar achteraf.

Liefs Isaak

Deze woorden zijn natuurlijk uit mij gekomen. Maar elk certificaat heeft een andere spreuk. Dan hebben we het over de certificaten van psychologie, masterclass en intuïtieve ontwikkeling. Dus deze spreuken zijn hetzelfde maar het hoort bij psychologie. Inlijsten mogen jullie zelf. Marijke, kom toch hier. Deze is voor u. U mag het neerzetten en een omarming geven, liefst.

Marijke krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Namasté.

Namasté.

Isaak: Soms moet het leven alleen ontspannend zijn en gespannenheid brengt alleen maar fysieke stress en emotionele stress, onthoud dat.

Dat is waar. Dank u wel.

Isaak: Lous, hoeveel certificaten ga je verzamelen?

Het is al de zoveelste.

Isaak: Namasté.

Namasté.

Lous krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Ook jij moet nooit buiten je grenzen om gaan. Blijf bij jezelf. Je betekent veel voor de medemens.

Dank u wel.

Isaak: Madeleine.

Dank u wel.

Isaak: Met je ouwe gewrichten hè.

Met mijn knieën.

Madeleine krijgt een knuffel van Isaak.

Het voelt heel bijzonder om uw knuffel te krijgen, ongelooflijk. Dank je wel Isaak.

Isaak: Ingrid, wees trots op jezelf.

Dank je wel.

Ingrid krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Namasté.

Namasté, dank je wel.

Isaak: Lies is een mooie naam. Weet je hoe mooi je naam is?

Ja.

Isaak: Namasté.

Lies krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Zelfvertrouwen schep jij zelf.

Dank u wel.

Isaak: Onze Caroline. Jij verdient je certificaat zeker.

Dank u wel.

Isaak: Jullie allemaal hoor.

Caroline krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Namasté.

Namasté.

Isaak: Wie is bevriend met onze Ellen? Niemand bevriend? Deze schone vrouw is helaas verhinderd maar ook jij Ellen verdient je certificaat. Namasté en een knuffel heb je nog tegoed. Voor ons maakt het niets uit hoeveel lessen je volgt. Bij ons gaat het om het feit dat je een les volgt en dat je toegewijd bent aan openheid en eerlijkheid. We hebben een schone heer die heeft de cursus psychologie niet vanaf het begin meegemaakt maar hij is teruggekomen van een verre reis en die reis die hij mee heeft gemaakt was eigenlijk een gevers reis. Hij is overgegaan tot geven en geven en het verliezen van zichzelf. Dat herkennen jullie toch? Hij heeft zichzelf gegeven in liefde. Hij heeft zijn verantwoordelijkheid opgenomen in de serieuze mate

van, zichzelf weggecijferd. Maar nu is ie terug bij zichzelf, heeft ie tenminste ons beloofd.

Precies.

Isaak: Dat betekent dat de belofte die hij zichzelf heeft gegeven puur een besluit is. Als deze schone heer weet dat de belofte die hij zichzelf heeft gegeven een goed besluit is omdat hij hoeft niet te geven op het moment dat de andere partij alleen maar een nemer is en geen gever is. Op het moment dat je geven en nemen met elkaar deelt dan is er eerlijkheid, oprechtheid en is er vriendschap, is er broederschap. Dus onthoud lieve kinderen, kom je iemand tegen in je bestaan die een nemer is maar geen gever en jij hebt een groot verantwoordelijkheidsgevoel en jij blijft geven puur door dat verantwoordelijkheidsgevoel dan mag je zeggen: “Ik stop met mijn verantwoordelijkheidsgevoel. Ik ga voor mezelf zorgen. Ik ga voor mezelf kiezen”. Wij hebben een certificaat voor je Egbert. De vraag is: ga je voor jezelf kiezen en weet je wat psychologie inhoudt in de korte tijd dat je hier zit?

Ik ga voor mezelf kiezen.

Isaak: En betekent: wees je eigen inzicht. Heb nu het psychologische inzicht in jezelf gecreëerd, ervaren en toegelaten dat puur jij belangrijk bent. Namasté.

Namasté. Dank u wel.

Egbert krijgt een knuffel van Isaak.

Isaak: Groot hart heb je. Vergeet je certificaat niet.

Nee.

Isaak: De avond is nog jong. Nog heel jong in jullie tijd, in onze tijd die hebben we niet. Wij willen dat jullie allemaal in een bepaalde meditatie

toestand gaan keren. Gevoelsmatig gaan opschrijven wat bij jullie binnenkomt en het gene wat je schrijft is niet voor jezelf. Het gene wat je schrijft is voor één van jullie broeders. Dus jij gaat alleen maar openstaan voor gevoel. Pak desnoods een stoel, ga comfortabel zitten. Wees je eigen namasté. Je hart open je voor iemand in deze ruimte en je weet nog niet voor wie. Schrijf op, vertrouw, vertrouw, vertrouw en wij staan stil op wacht.

Als het er meer zijn dan mag dat ook?

Isaak: Wat binnenkomt. Het is één schrijven.

De studenten keren in meditatie en schrijven datgene op wat er bij hen binnenkomt.

Er wordt tussendoor geboord bij de burens. Het geluid is nogal storend.

Isaak: Energie kun je bij je houden. Je moet je niet laten afleiden. Meditatie betekent bij jezelf blijven en genieten van jezelf.

De studenten gaan onverstoord door.

Isaak: Iedereen zit in stilte te ontvangen. Oh, gaat de hele wereld om je heel lawaaiig doen. Zoek eigenlijk altijd de kern in jezelf, de stilte. Heerlijk.

Na een minuut of tien zijn alle studenten klaar.

Isaak: Schrijf je naam op dat papiertje en vouw het papiertje.

Madeleine heeft het in haar schriftje geschreven en moet het op een blaadje schrijven. Madeleine geeft aan iets voor drie mensen geschreven te hebben. Ze moet dit overschrijven op drie nieuwe papiertjes. De groep wacht geduldig tot Madeleine klaar is.

Isaak heeft nu alle briefjes.

Isaak: Kom maar. Ga gewoon eventjes tot jezelf komen. Alleen maar voelen. Die zijn voor jou. Voel alleen maar een brief die jij op wilt pakken. Niet denken, desnoods sluit je je ogen. Voel welke brief jij wilt oppakken.

Deze.

Isaak: Hou hem vast. Hou hem vast. Jij.

Isaak laat iedereen om de beurt een brief pakken.

Isaak: Hou die brief in je handen. Sluit je ogen en vraag aan de Goddelijke wereld, aan degenen die jouw begeleiders zijn, beschermers zijn waar deze brief naar toe moet gaan. Vertrouw volledig op de eerste impuls die je krijgt. Het is geen wedstrijd. Adem in en uit en ontspan. Laat jezelf puur zijn. Voel alleen maar wat je voelt. Op het moment dat je het gevoel te pakken heb, sta je op en breng je de brief naar degene waar ie thuishoort. Puur vertrouwen.

Het duurt even maar uiteindelijk heeft iedereen zijn brief uitgedeeld.

Isaak: We hebben hier nog twee brieven. Wie heeft geen brief?

Uiteindelijk zijn alle brieven verdeeld.

Isaak: Nou, wat staat op je brief?

Hier staat op: voor Ingrid.

Isaak: Daar luisteren we niet naar. Dat is je eigen wijsheid.

Blijf zoals je bent want je bent een heel waardevol persoon, je bent lief. Dat is een mooie boodschap.

Isaak: Die is voor jou. Ze ging al meteen een stapje verder, haar naam bij zetten dat was niet de opdracht hè.

Hier staat?

Dat kun je niet lezen dat heb ik opgeschreven.

Lees jij het even voor.

Wat ik voelde was positiviteit van mijn medecursisten en de wil en de lessen die ze ervaren en ontvangen hebben toe te passen in hun leven en toekomst.

Is die wel voor haar?

Isaak: Die is ook voor haar.

Dank je wel. Dan heb ik er nog één.

Isaak: Je wordt verwend.

Er staat weer Ingrid op.

Isaak: Daar letten we niet op. Ingrid heeft deze geschreven denk ik.

Onzeker maar toch zo sterk om met ons te delen wat je zwakheden zijn. Je kwetsbaar opstellen, bewondering daarvoor. Ik hoop dat je het vertrouwen in jezelf vindt om met onzekerheden en angst aan de slag te gaan en daardoor een nieuwe ik laat zien. Want hoe sterker jij bent hoe sterker je overkomt, hoe meer mensen van je kunnen leren. Wat je uitstraalt, trek je naar je toe. Het gaat je zeker lukken. Wees niet bang wat er op je pad komt, blijf trouw aan jezelf.

Isaak: Drie boodschappen met drie betekenissen door drie medestudenten. Alle drie boodschappen zijn kosmisch naar jou toegegaan. Dat betekent fouten bestaan niet. Nooit over twijfelen. Het is een boodschap die je krijgt. En zo vaak krijgen jullie boodschappen, kosmisch, ook van je medestudenten of medebroeders, zoals je het wilt noemen. Maar heel vaak is het zo dat je er dus over na gaat denken en daardoor gaat de boodschap

verloren. Dus vertrouw meer op de impulsen die tot je komen, dan komt het wel goed. Waarom denk je dat je deze drie boodschappen hebt gekregen?

Ja, dan zou ik het even terug moeten lezen.

Isaak: Dat mag.

Moet ik dat nu even doen?

Isaak: Je hebt alle tijd.

Ik voel er eigenlijk een bevestiging in dat ik mag zijn zoals ik ben.

Isaak: Dat is ook zo.

Dat is de kern van de zaak.

Isaak: En dat je een heel krachtig wezen bent. En dat je gewoon absoluut moet gaan vertrouwen op het gene wat je voorstelt zoals menselijk gezien zoals psychologisch gezien. Betekent dat je puur jezelf moet laten zien in de kracht van je wezen en niet twijfelen.

Ja. Dank u.

Isaak: Jouw boodschap.

Vertrouw erop dat je het waard bent om te leven, te groeien en te genieten van het leven en alles. Vertrouw erop dat je veel kunt betekenen voor je medemens zonder dat je jezelf te kort doet. Jij zelf mag groeien in liefde en wijsheid en geniet vanuit het hart. Je mag kwetsbaar zijn, jezelf tonen zoals je bent in alle eerlijkheid en openheid zoals je werkelijk een ander wilt ontmoeten in je hart.

Isaak: Dat is een mooie boodschap.

Dat is een hele mooie boodschap.

Isaak: Wie heeft deze boodschap geschreven?

Ik denk dat ie van mij is.

Isaak: Dat is een mooie boodschap.

Dat is een hele mooie boodschap.

Isaak: Dat past wel in zijn bestaan.

Ja, dat past heel goed in mijn bestaan.

Isaak: Gewoon puur vertrouwen op je intuïtie hè. Wat bij je opkomt en soms praat men en denkt men: waar praat ik eigenlijk over?

Ik weet zelf niet meer wat ik heb opgeschreven.

Isaak: Ja, dat stroomt. Dan krijg je alleen maar positieve energie omdat je dus een bevestiging krijgt van: kijk het werkt, ik hoef niet te twifelen in mijn kunnen. Deze heer wordt er niet uitgekeken, hij zit op een prachtige boodschap.

De kleur groen, hartchakra is liefde, Lies. Als je jezelf lief hebt, voel je jezelf veilig en heb je minder angsten. Heb geen twijfels over wat je voelt of wie jij bent. Jij bent Lies en dat mag jij zijn zoals jij dat van binnen voelt en ervaart, van Madeleine.

Er wordt gelachen omdat deze boodschap die Madeleine voor Lies had geschreven kwam niet bij Lies terecht maar bij Caroline.

Isaak: Ja, jij hebt de opdracht niet goed vervuld en toch is deze boodschap voor haar. Maar je hebt eigenlijk nog meer je best gedaan dan nodig was.

Nog meer?

Isaak: Je had alleen maar de opdracht moeten vervullen en het niet invullen. Je hebt lichtboodschappen zitten schrijven maar je eigenlijk puur op de kosmos wilde vertrouwen.

Ja, dat is wat binnenkwam.

Isaak: Ja, de naam laten we weg.

Oké sorry, dat wist ik niet.

Isaak: Dus zonder naam. Zonder naam, laten we nog een keer horen zonder naam.

Als je jezelf lief hebt, voel je jezelf veilig en heb je minder angsten. Heb geen twijfels over wat je voelt of wie jij bent. Jij bent Caroline en dat mag jij zijn zoals jij dat van binnen voelt en ervaart. Er staat ook nog bij: de kleur groen, hartchakra is liefde.

Isaak: De groene kleur is de goeie kleur. Dus jouw hart, jouw liefdeskleur wil alleen maar groeien. Mooie boodschap.

Groen is ook mijn lievelingskleur.

Isaak: Mooi. Dus de opdracht heb je goed gedaan, alleen....

Heb ik niet goed geluisterd.

Isaak: Geeft niet. Je hebt het certificaat toch al te pakken.

Excuses voor de naam.

Isaak wijst de volgende aan die zijn boodschap mag voorlezen.

De kleur magenta staat erboven. Dat je buiten je werk en je dagelijks leven meer tijd voor jezelf mag krijgen en ook daarbij mag vinden waar je op zoek naar bent.

Isaak: Wie heeft dat geschreven?

Ik.

Isaak: Mooi, ik vind het wel toepasselijk voor je, vind ik wel. Waarom is het toepasselijk voor je?

Ja, er moet in wezen meer rust in me komen.

Isaak: Ze heeft het over werk en ze heeft het over liefde, nou? Hoe zit het met het stukje werk en stukje liefde?

Misschien zou ik meer liefde voor mijn werk op kunnen brengen. Met het ontvangen van liefde nou....

Isaak: Dat is ook wel van toepassing. Je mag meer op de voorgrond komen.

Ja, dat is waar.

Isaak: Je moet eigenlijk meer op de voorgrond komen en dan ontvang je meer liefde, aandacht, genegenheid, bevestiging. Nou, mooie boodschap. We gaan naar onze andere schone vrouw.

Mag ik jouw bril lenen want ik kan het zo niet lezen?

Isaak: Anders lees jij het voor als dat makkelijker is.

Ik kan het ook niet lezen.

Zal ik het maar zelf voorlezen?

Marijke leest haar eigen brief voor die ze voor Ingrid had geschreven.

Ik herken geloof ik wel veel in haar, in de onzekerheid. Hoe die gevangenis kan zijn in je leven en hoe je....even kijken hoor, ik heb het in automatisch schrift geschreven.

Isaak: Voor wie had je het in eerste instantie geschreven? Want je hebt door zitten strepen. Wat heb je door zitten strepen?

Ik was in eerste instantie in verzuchting over mezelf omdat ik zo nerveus was. Ik dacht dan kom ik misschien op gang omdat ik niet wist wat ik moest schrijven.

Isaak: Oké.

Het duurt even.

Spannend wat er komen gaat.

Moet ik zeggen voor wie het is?

Isaak: Nee.

Ik herken geloof ik wel veel in haar, in de onzekerheid. Hoe zo'n gevangenis kan zijn in je leven en hoe het je beperkt terwijl je toch je eigen tralies om je heen zet. Onzekerheid is onzin. Het is angst. Het is ook wel een deel ijdelheid. Het vasthouden van het beeld dat je van jezelf hebt en waar je niet vanaf wilt wijken. Het verstart je. Wat je moet doen is loslaten dat beeld en jezelf durven confronteren en geconfronteerd laten worden met de donkere en zwarte kant van jezelf. Als je het durft, dat plaatje te bekijken en het dan te laten zijn, dan blijkt het niet zo erg te zijn maar blijkt het een plaatje, beelden te zijn waarvan je vindt dat ze er horen te zijn omdat je er op één of andere manier aan hecht vanuit je jeugd of omdat je zo bent opgevoed. Als je dan jezelf durft te laten gaan in het diepst van jezelf in je vermeende donkere kanten en die beelden durft los te laten dan is er een enorme bevrijding. Ik heb er inmiddels iets van ervaren en het verrast me wat je dan tegenkomt en welke bijzondere aspecten van je persoonlijkheid erbij betrokken zijn. Dat het ook een weg de diepte in is, dat loslaten. Als je die ontdekkingsstocht durft te maken dan is het echt een geweldige ontdekkingsstocht met enorme verrassingen en daar komt steeds meer bij kijken en je breidt jezelf steeds meer uit. Dus het is de moeite waard om eerst te durven, los te laten en dan de weg op te gaan.

Jij hebt het goeie briefje dus.

Zo voel ik het niet hoor. Het past niet bij mij.

Isaak: Wie heeft die brief aan jou gegeven?

Ik.

Isaak: Voor wie had je de brief geschreven?

Ik had het voor Lies geschreven.

Isaak: Voor Lies. Op het moment dat we ons gingen afstemmen op de inhoud van de brief, toen kwamen we uit op jou dus de brief is voor jezelf geschreven. Dus jij herkent jezelf in haar en eigenlijk spreek je uit vanaf jouw innerlijke zelf hoe jij eigenlijk bent. Dat geeft natuurlijk haken en ogen omdat je hakte en stuiterde eigenlijk over jezelf en dat brengt ook zenuwachtigheid om jezelf bloot te geven. De inhoud van deze brief is een kennisgeving hoe jij je voelt.

Ja, dat klopt.

Isaak: De inhoud van deze brief is een kennisgeving hoe jij je voelt.

Ja, dat is waar.

Isaak: Ja, dat is mooi dat je openhartig durft te zijn.

Dat was niet mijn bedoeling.

Isaak: Dat is wel mooi. Jij probeert dit kind dan eigenlijk te geven wat eigenlijk uit je eigen interpretatie komt zoals jij je voelt dus je hebt een klik met haar daarin en daarom heb je die kennisgeving eigenlijk opgeschreven.

Het is eigenlijk een projectie van mezelf.

Isaak: Ja, dat leer je dan van deze schrift dat je eigenlijk naar dit briefje moet gaan luisteren en dat je jezelf eigenlijk in moet gaan vinden. Dus lees het nog even voor.

Nu?

Isaak: Ja, lees het nog een keer voor. Nu met zekerheid en stelligheid.

Lastig handschrift.

Isaak: Geeft niet.

Ja, inderdaad de eerste zin al: ik herken geloof ik veel in haar. In de onzekerheid.....

Marijke begint te huilen.

Isaak: Ja, dat is de bedoeling.

Sorry.

Isaak: Nee, dat is de bedoeling. Nou, wat voel je? Wat voel je?

Dat ik mezelf al jarenlang te kort heb gedaan en dat dit een bevrijding is maar de weg is nog lang.

Isaak: We kennen je wel. Nou, we willen graag horen hoe je jezelf voelt.

Nog een keer lezen?

Isaak: Helemaal. Ze krijgt alle aandacht.

Onzekerheid, hoe zo'n gevangenis kan zijn in je leven en hoe het je beperkt terwijl je toch je eigen tralies om je heen zet. Onzekerheid is onzin. Het is angst. Het is ook wel een deel ijdelheid. Het vasthouden van het beeld dat je van jezelf hebt en waar je niet vanaf wilt wijken. Het verstart je. Wat je moet doen is loslaten dat beeld en jezelf durven confronteren

en geconfronteerd laten worden met de donkere en zwarte kant van jezelf. Als je het durft, dat plaatje te bekijken en het dan te laten zijn, dan blijkt het niet zo erg te zijn maar blijkt het een plaatje beelden te zijn waarvan je vindt dat ze er boren te zijn omdat je er op één of andere manier aan hecht vanuit je jeugd of omdat je zo bent opgevoed.

Isaak: Je zegt het allemaal zelf.

Als je dan jezelf durft te laten gaan in het diepst van jezelf in je vermeende donkere kanten en die beelden durft los te laten dan is er een enorme bevrijding. Ik heb er inmiddels iets van ervaren en het verrast me wat je dan tegenkomt en welke bijzondere aspecten van je persoonlijkheid erbij betrokken zijn. Dat het ook een weg de diepte in is, dat loslaten. Als je die ontdekkingsstocht durft te maken dan is het echt een geweldige ontdekkingsstocht met enorme verrassingen en daar komt steeds meer bij kijken en je breidt jezelf steeds meer uit. Dus het is de moeite waard om eerst te durven, los te laten en dan de weg op te gaan.

Isaak: Moet je kijken wat je eigenlijk weet. Dat is een hele mooie boodschap. Je hebt het bewustzijn en het onderbewustzijn. Je hebt jezelf laten gaan en je hebt geschreven wat je eigenlijk hoort te weten. Het is makkelijker als je gewoon geassocieerd wordt met iemand anders. Een voorbeeld: je kijkt naar een bepaald programma en je gaat zelf in tranen uitbarsten maar de tranen worden eigenlijk geactiveerd bij jou zelf door een associatie wat je ziet. Dus in haar zag je een associatie van gevangen zijn terwijl je eigenlijk zelf gevangen bent.

Precies.

Isaak: Koester het. Schrijf vaker op. Ga vaker tot meditatie over en schrijf je gevoelens op en je zal zien dat er waarheid uitkomt.

Ik heb al een dagboek. Ik zal er vaker in schrijven.

Isaak: En lees het goed. Schaam je niet en ga zeker niet in krassen. Een aantal aspecten die je doorgekrast hebt, waren ook nog voor jou. Nou, waar is jouw briefje?

Ik heb geen briefje. Dat is door iemand anders ingepikt.

Isaak: Degene die de brief uit heeft gegeven die heeft hem gegeven aan een persoon die hem weer terug heeft gekregen door de kosmos omdat zij kon hem niet lezen. Dus op zich fouten bestaan niet, gaat vaak ook met een omweg. Stel dat je een bepaalde persoon tegenkomt en die geeft jou weer een associatie om bij de ander te komen. Stel dat je zegt: “Ik ga linksaf” en blijkt dat je eigenlijk een omweg hebt gemaakt, is die omweg juist omdat overal zitten boodschappen, overal, overal. Zij voelt zich daar niet mee geassocieerd. Dat betekent dat je dus niet iets aanneemt wat niet voor je is. Zij kon het niet lezen en jij werd zenuwachtig zelf en je ging eigenlijk al doorkrassen en het was eigenlijk geschreven voor jezelf. Jij hebt ook een briefje. Ik hoop dat je het wel op volgorde zet.

Ik heb mijn eigen briefje.

Isaak: Iedereen probeert eigenlijk alles aan jou aan te dragen, terwijl je eigenlijk....

Er wordt gelachen.

Isaak: Wat staat er?

Laat de tijd voor je werken om in het licht te komen en het licht te brengen voor degene die bij je aankomt. Sta je open, dan hoor je het kloppen aan de deur. Het kloppen van degene die jou ondersteunt om te helpen. Het is goed. Vind je balans en accepteer de schommelingen.

Isaak: Nou, jouw briefje. Iedereen probeert van alles aan te dragen aan jou en wat krijgen we? Eigenlijk krijg je je eigen boodschap terug. Dus jij weet precies hoe het zit. Dus blijf in je kracht.

Ik heb er nog één. Ik zal niet zeggen wie het heeft opgeschreven. Meditatie boodschap voor broeder in de ruimte. Als je durft te spelen met je emoties, dan zul je jezelf vinden. Wees oprecht, durf dit te laten zien. Durf is een keyword. Je bent mooi zoals je bent. Als je

wilt, kun je groeien van binnen, meer tot je kern komen, wie je bent. Als je durft te zijn wie je bent kun je de wereld aan. Is dit voor mij?

Er staat voor degene die zich erin kan vinden.

Isaak: Ja, wie kan zich er in vinden? Is eigenlijk een beetje een gebed hè. Meditatie boodschap voor broeder in de ruimte. Als je durft te spelen met je emoties, dan zul je jezelf vinden. Wees oprecht, durf dit te laten zien. Durf is een keyword. Je bent mooi zoals je bent. Als je wilt kun je groeien van binnen, meer tot je kern komen, wie je bent. Als je durft te zijn wie je bent kun je de wereld aan. Durven, voor degene die zich hierin kan vinden. Dus is eigenlijk voor iedereen. Een boodschap voor degene die zich hierin kan vinden. Het is een stukje gebed, het is niet een persoonlijke boodschap, het is gewoon een gebed. Een gebed. Laten we dan ook een gebed eventjes neerzetten.

Het gebed dat wij opnoemen is een simpel gebed: heerlijkheid. Op het moment dat je durft om heerlijkheid te creëren, te associëren in jezelf met het woord heerlijkheid dan zul je zien dat heerlijkheid je leven gaat verrijken. Heerlijk met jullie aan de slag te gaan, is voor ons alleen maar een heerlijkheid. Dat wij, de geestenwereld onzichtbaar, wel zichtbaar mogen worden via het schrift en via jullie studenten, dat jullie ons woord gaan verspreiden en dat jullie je eigen woord gaan verspreiden is puur dankbaarheid die wij in heerlijkheid aan jullie willen brengen. Geniet van je heerlijkheid. Wees je heerlijkheid en ervaar jezelf in dat woord. Koester dit lijf hoe oud het lijf ook mag zijn. Wees jong in je hart. Voel je jeugdigheid, je sprankelheid. Voel je medemens en durf jezelf te verbinden met. Ga over tot genieten van de tijd die jou heerlijkheid is gegeven omdat puur de tijd is het fysieke met je lijf. Heerlijkheid zijn wij. Op het moment dat je het fysieke verlaat en je komt over bij ons dan besta je puur in dat woord van zijn met al het gene wat je bent in heerlijkheid van. Maar wees wel positief want anders wordt de heerlijkheid negatief maar toch zal jij jezelf daarin kunnen vinden. Probeer lieve broeders om oprecht en eerlijk naar elk moment te kijken. Durf te spreken en durf te weigeren op het moment dat je vindt: het is niet

het gene wat mij toebedeeld hoort te worden. Wees je ervaring en geniet van elke ervaring van dien. We danken jullie voor jullie heerlijkheid.

Wil iemand nog wat spreken of een gebed geven?

Een veilige thuiskomst voor iedereen.

Dank u wel voor uw mooie begeleiding die we hebben mogen ontvangen.

Isaak: Jullie weten dat er een boek gaat komen en dat boek heet 'psychologie'. Willen jullie, jullie zelf als studenten neerzetten voor andere studenten die het lezen, dan zijn jullie meesters. Maar kiezen jullie om jullie voornaam anders te benoemen, dan krijgen jullie onze zegen. We gaan beginnen met jouw naam Madeleine. Hoe wil jij heten?

Madeleine.

Isaak: De volgende.

Lies.

Isaak: Je mag ook je echte naam behouden.

Ingrid.

Marijke

Caroline

Egbert

Lous maar zonder mijn achternaam erbij.

Isaak: Achternaam gebruiken we niet. Bedankt Lous dat je besloten hebt om deze keer wel met je echte naam in het boek te staan. Je hebt veel geleerd.

Voor mij is het ook mijn echte naam, ik heb er twee.

Isaak: Dat was het.

Dank u wel.

Wie ben ik?

Ik ben Tresi Barros, ik ben medium en ik ben helderziend, -horend, -wetend, -voelend, -ruikend, -proevend en ik praat met overledenen. Ook kan ik volledig in trance gaan zodat mijn gids Isaak een rechtstreeks contact heeft met de aanwezige deelnemers op dat moment.

Ik ben 39 jaar oud en ben moeder van 4 kinderen in de leeftijd van 9, 16, 19 en 21 jaar oud. Ik heb van oorsprong Portugees bloed door mijn aderen stromen maar ik ben opgegroeid in Luxemburg. Mijn jeugd was alles behalve makkelijk. Op mijn zestiende levensjaar verliet ik mijn ouderlijke huis en woon dan ook sindsdien hier in Nederland.

Mijn paranormale gave bezit ik al sinds mijn geboorte. Pas op mijn 28ste levensjaar was ik zo ver om mijn gave te erkennen en met Isaak, mijn gids, te werken om de medemens hier op aarde te helpen in hun aardse bestaan. Dag in dag uit werk ik samen met Isaak door het geven van privé-consulten, magnetiseren, huiskameravonden, openbare avonden, masterclasses in groepsverband of privé, avonden Isaak spreekt, Isaak onderricht zijn wijsheid, lezingen, geestelijk dopen, geestelijk trouwen, geestelijk begraven en cremieren, cursus 'spontaan kaartleggen', cursus 'psychologie', workshop 'bewustwording & groei', workshop 'intuïtieve ontwikkeling', cursus ADHD, thema-avonden, cursus 'rouwverwerking', cursus 'tantra', praten met dieren, baby's/kinderen, comapatiënten en verstandelijk gehandicapten. Mijn werkzaamheden hebben zich door de jaren heen steeds verder uitgebreid.

Mijn gids Isaak, is mijn beste vriend. Isaak is een hoge leermeester uit het hiernamaals. Eeuwen en eeuwen heeft hij doorgestudeerd in de sferen en ook op aarde om de mens te bestuderen. Alle sferen heeft hij bezocht, tot aan de duistere sferen toe, puur om tot in perfectie te weten hoe de mens in elkaar zit. Mijn gids Isaak, is niet meer ter aarde gekomen sinds zijn laatste leven in het jaartal 1230. Hij was toen een indiaan genaamd 'White Feather', een medicijnman van een stam in Noord Amerika. In dit leven was ik (toen een man) zijn beste vriend. Na dit leven besloot Isaak niet meer terug te

keren naar de aarde, maar in de sferen verder te studeren voor gids. Ik koos er echter voor om terug te gaan naar aarde om hier de mens te helpen. In dit leven ben ik Isaak's instrument.

Inmiddels heeft Isaak zijn wijsheid niet alleen maar laten zien door dag in dag uit te werken met de mens maar ook door zijn wijsheid te laten vereeuwigen op schrift. Zes boeken van Isaak's hand zijn hier tot op heden al het resultaat van en ook één boek uit mijn eigen fysieke zelf. Vele boeken zullen nog volgen. De boeken worden allemaal volledig verteld in trance, behalve mijn persoonlijke boek(en). Ik ga op dat moment in de 2de trance vorm, zodat mijn gids Isaak, rechtstreeks kan spreken tot degene die hem interviewt. Al deze interviews zijn opgenomen op band en later uitgetypt. Dit resulteerde in 2004 tot het eerste boek van Isaak genaamd: 'Bekijk het, voel het en laat het los'. Met dit boek onder de arm zijn Isaak en ik het land doorgereisd en lieten we de mens zien dat de Goddelijke wereld daadwerkelijk bestaat. Ik ging tijdens deze avonden bij stichtingen in de 2de trance vorm zodat Isaak op dat moment een rechtstreeks contact had met de zaal en de mensen Isaak alle vragen die ze hadden konden voorleggen. Dit resulteerde in 2005 weer in het 2de boek genaamd: 'Mijn naam is Isaak'. Met het derde boek had ik zelf heel veel moeite. Vele tranen heb ik om dit boek gelaten. In dit boek vertelt Isaak wie ik ben en geeft hij mij bloot. Hoe mijn mediumschap werkt en wie Tresi is wordt hierin verteld. Ook vertelde hij in dit boek dat ik geen persoonlijkheid heb, maar een aangemeten persoonlijkheid. Een moeilijk boek voor mij toentertijd. Dit boek genaamd: 'Wie is 'Tresi?' kwam in 2008 uit. Het vierde boek komt voort uit het onderricht dat Isaak een jaar lang gaf aan 12 studenten. Volledig in trance onderrichtte hij zijn studenten op problemen, angsten en blokkades in hun eigen leven. Vele lessen ontvingen zij. Dit boek is een letterlijk verslag van deze middagen waarin de studenten samenkwamen onder leiding van Isaak om hun lessen van die maand te bespreken. Ook ikzelf speelde hierin een dubbelrol. Terwijl ik in trance was vertelde Isaak ook over de lessen die ik gedurende dit jaar te verwerken kreeg. Onder andere kwamen mijn scheiding van mijn ex-man en de problemen rondom mijn nieuwe liefde aan bod. Dit boek genaamd: 'Masterclass' kwam uit in het jaar 2009. Tegelijk met dit boek kwam ook boek 5 uit. Boek 5 bestond eigenlijk al. Jarenlang al gaat er iedere

maand een nieuwsbulletin uit met daarin een onderwerp dat aan Isaak is voorgelegd met daarin zijn antwoord hierop. Boek 5 genaamd: 'De woorden van Isaak' kwam dus ook in 2009 uit. Boek 6 met de titel 'Wybe, wat doe je nou?' is mijn zesde boek en is mijn persoonlijke boek. In dit boek neem ik jullie mee in twee jaar tijd van mijn relatie met Wybe.

Naast deze boeken kwam er in 2005 ook een dubbel-cd uit genaamd: 'Volg de stem van Isaak'. Op deze dubbel-cd vindt u allerlei soorten meditaties. Deze dubbel-cd heeft Isaak zelf, volledig in trance dus, in één middag ingesproken. In 2009 zijn er ook twee luisterboeken uitgekomen. Het 1ste boek: 'Bekijk het, voel het en laat het los' en het 2de boek: 'Mijn naam is Isaak' zijn door professionele sprekers ingesproken. Op het 2de luisterboek: 'Mijn naam is Isaak' heb ik zelf ook mijn eigen 'Tresi'-gedeelte ingesproken. Momenteel liggen deze luisterboeken ook bij de blindenbibliotheek en in alle boekhandels.

Het blijft niet bij deze boeken. Vele zullen er nog volgen. Al mijn boeken, luisterboeken en de dubbel-cd zijn ook via mijn website www.tresibarroos.nl of bij mij zelf te koop.

U kunt me boeken voor alle bovengenoemde activiteiten. In de agenda op mijn website vindt u een overzicht van al mijn activiteiten waar u zichzelf voor op kunt geven.

Naast dit boek zijn dus ook de volgende producten beschikbaar:

- Boek 1 : 'Bekijk het, voel het en laat het los' + luisterboek
- Boek 2 : 'Mijn naam is Isaak' + luisterboek
- Boek 3 : 'Wie is Tresi?'
- Boek 4 : 'Masterclass'
- Boek 5 : 'De woorden van Isaak'
- Boek 6 : 'Wybe, wat doe je nou?'
- Dubbelcd : 'Volg de stem van Isaak'

Al deze producten zijn te bestellen via www.tresibarroos.nl.

Voor al uw vragen, boekingen of bestellingen kunt u contact opnemen met mijn secretariaat, via e-mail adres: secretariaat@tresibarro.nl of via telefoonnummer: 06-19817843.

Liefs, Tresi