



UNSEEN THERAPIST

Gary Craig – grondlegger van Emotional Freedom Techniques

OPTIMAL EFT

Dit is je gratis boek over de *Unseen Therapist*. In dit boek vind je het langverwachte antwoord op hoe je jouw eigen genezende krachten kunt ontsluiten. Iedereen kan dit leren. En als je het eenmaal meester bent, zullen 'onmogelijke genezingen' mogelijk worden. Zelfs beginners kunnen, en krijgen, indrukwekkende resultaten. Geen medicijnen, operaties of andere invasieve methoden zijn nodig!

Nederlandse vertaling

Oorspronkelijke titel: *The Unseen Therapist*

Vertaling: Gabriëlle Rutten

Redactie: Taco Claas

www.emofree.com

Dit boek is een uitgave van Novet – het Gary Craig Official EFT® Training Center voor Nederland & België. Het copyright van de Engelse versie van dit boek ligt bij Gary Craig. Deze Nederlandse uitgave is in overleg met en met toestemming van Gary Craig aangepast aan de situatie van het Nederlandse Centrum. Het copyright van deze vertaling ligt bij Gabriëlle Rutten.

Deze pdf is uitsluitend verkrijgbaar via www.official-eft.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt via druk, fotokopie, microfilm of op enige wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de vertaler en de uitgever.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the translator and the publisher.

Versie 1.0 2018

Inhoudsopgave

<u>Opmerkingen vooraf</u>	3
<u>Wie is de Unseen Therapist?</u>	4
<u>De brug naar de ultieme remedie</u>	7
<u>NewThink: Introductie</u>	8
<u>NewThink #1: We begrijpen de ware oorzaak van onze kwalen niet</u>	9
<u>NewThink #2: De ware oorzaak = negatieve emoties</u>	12
<u>NewThink #3: Er is één natuurlijke remedie voor alles</u>	15
<u>NewThink #4: Eindelijk luisteren naar wat de wetenschap al jaren zegt</u>	17
<u>NewThink # 5: Luisteren naar de vele spirituele bewijzen</u>	23
<u>NewThink # 6: De Unseen Therapist is de enige ware heler</u>	27
<u>Boodschap van de Unseen Therapist voor jou</u>	28
<u>NewThink # 7: We hebben maar één uitdaging</u>	31
<u>De Vrede met Jezelf-procedure</u>	33
<u>De Vrede met Jezelf-procedure op specifieke gebeurtenissen</u>	38
<u>Nawoord</u>	40
<u>Bijlage 1. De Optimal EFT leergang – de route naar wonderen</u>	41
<u>Bijlage 2. Hoe ik mijn receptenboekje aan de wilgen hing en nooit meer terugkeek</u>	42
<u>Bijlage 3. Een kijkje in de mogelijkheden</u>	44
<u>Bijlage 4. Spirituele ervaringen van anderen</u>	45

Opmerkingen vooraf

Inleiding

De *Unseen Therapist* is een belangrijke en grote vooruitgang op mijn originele vorm van EFT (Gold Standard EFT). Het werkt diepgaander en efficiënter. Het kan zijn dat je zeer gehecht bent aan Gold Standard EFT en het kloppen omdat het je al veel gebracht heeft. Op termijn zal je dit toch vervangen door deze meer geavanceerde manier van werken zonder kloppen. Voor wie wil is Gold Standard EFT nog steeds beschikbaar.

De kracht van herhaling

Ik ben een groot voorstander van herhaling. Het is het meest gebruikte aloude leermiddel op aarde en ik gebruik het veel. Hoe meer je blootgesteld bent aan een idee, in het bijzonder de kracht van de *Unseen Therapist*, hoe gemakkelijker je het zult leren. Kortom, je zult herhalingen tegenkomen in dit boek. Als het je een beetje verveelt, wees blij. Dat is beter dan wanneer je maar even aan een idee geroken hebt en het niet hebt kunnen integreren. De *Unseen Therapist* is zo belangrijk dat ik echt nalatig zou zijn als ik niet zou hameren op deze cruciale ideeën. Dus... ik herhaal, verwacht herhalingen in dit boek.

Juridische kanttekening

Wat mag en wat moet

Dit boek bevat levensveranderende ideeën die belangrijke rechten en plichten met zich meebrengen. Je mag deze ideeën natuurlijk gebruiken voor eigen studie en je eigen persoonlijke vooruitgang. En je mag ook (graag zelfs) wat je leert in praktijk brengen en dit samen met anderen doen voor persoonlijke ontwikkeling. We hopen dat je wat je in dit boek ontdekt met veel enthousiasme overbrengt aan anderen. Met deze vrijheden komt echter ook 100% verantwoordelijkheid voor hoe je dit materiaal gebruikt. Als je dit boek gaat gebruiken, dan stem je toe dat hier geen garanties in welke vorm dan ook gegeven worden en dat alle materiaal in dit boek experimenteel is en het gebruik ervan voor eigen risico is. Je gaat ook akkoord om Gary Craig, emofree.com, unseentherapist.com, en elke andere persoon of organisatie die hieraan gelieerd is, te vrijwaren van enige vorm van aansprakelijkheid en/of rechtsvordering.

Help ons om de integriteit van dit materiaal te waarborgen

Je mag dit materiaal gebruiken maar er geen les in geven: om de integriteit van dit materiaal te beschermen is consistent onderricht noodzakelijk. Anders kan het vervormd raken door andere geloofssystemen. Om deze reden, heeft niemand toestemming om het te onderwijzen of te gebruiken voor commerciële doeleinden d.m.v. boeken, DVD's, trainingen, certificering, websites of anderszins zonder de uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van Gary Craig, zijn erven of wettelijke opvolgers. Om dezelfde redenen zijn de termen de *Unseen Therapist*, *Optimal EFT*, *Official EFT*, *EFT symfonie*, *Stairway to Miracles* en andere wettelijk beschermde handelsmerken die niemand mag gebruiken. Dat geldt ook voor termen die er veel op lijken en verwarring kunnen geven. Nogmaals, je mag het gratis gebruiken en delen en beoefenen....maar laat het onderricht alsjeblieft aan ons over.

Wie is de Unseen Therapist?

(Waardoor het onmogelijke routine wordt)

De *Unseen Therapist* is je 'spirituele innerlijke heler'. De *Unseen Therapist* is er altijd en als je goed leert hoe je Haar kunt inzetten, zal je merken dat Ze oneindig krachtiger is dan medicijnen, operaties en andere door de mens geschapen pogingen om te genezen. Zij staat voor een revolutie in genezen waarmee je huidige overtuigingen verlaten worden en je meevoert op een reis met een vliegend tapijt door je eigen persoonlijke helende universum.

De beste remedie

Hiermee wordt het onmogelijke routine. Hier vind je jouw ultieme remedie en zal je kijk op de hele geneeskunde veranderen. De noodzaak voor medicijnen of operaties vermindert of verdwijnt zelfs. Er zullen geen bijwerkingen zijn en ook geen hoge kosten. Hiervoor in de plaats komen creatieve mogelijkheden die je een hele nieuwe manier van genezen geven. Als je patiënt bent, kun je de *Unseen Therapist* gebruiken als zelfhulpmiddel. Als je een dokter, verpleegkundige, therapeut of andere helper van mensen bent, kun je Haar oneindige hulp inzetten voordat je je toevlucht neemt in invasieve procedures met hun bijwerkingen. Om Haar werk te kunnen doen, heeft Ze alleen maar jouw bereidheid en de juiste uitnodiging nodig.

Een uitvoerbaar proces

In dit boek word je uitgelegd hoe je die bereidheid kunt ontwikkelen en wat de juiste uitnodiging inhoudt. Dit toepassen is goed te doen en het kan onmiddellijk indrukwekkende resultaten geven, zelfs als je het nog maar aan het leren bent. Je kunt zo ver gaan als je wilt en alleen je eigen motivatie geeft de grenzen aan. Als je het eenmaal volledig beheerst, heb je als het ware een toverstok in handen waarmee je elke mogelijke aandoening kunt verbeteren. Of het nu gaat om een gewone hoofdpijn, elk denkbaar emotioneel probleem of een ogenschijnlijk hopeloze ziekte, waarin de meeste conventionele methoden vaak falen.

Ook jouw aandoeningen

Jazeker, ook jouw aandoeningen, ook als ze beschouwd worden als vreemd, zeldzaam of onmogelijk. In de bijlage geven we een aantal voorbeelden van mijn leerlingen.

Meer over de Unseen Therapist

Zij is de liefdevolle essentie van alle spirituele benaderingen. De *Unseen Therapist* is aanwezig in een ieder van ons – geen enkele uitzondering – en daarom gemakkelijk beschikbaar. Een kind kan Haar hulp vragen en indrukwekkende resultaten krijgen. Zo ook een gevangene, huisvrouw, oorlogsveteraan of dokter. Je opleidingsniveau is niet belangrijk. Je moet alleen in staat zijn dit boek te lezen. Het maakt ook niet uit of je rijk of arm bent, jong of oud, man of vrouw, atleet of invalide. Ze wacht op je en wil graag aan de slag om je genezing te brengen die ver uitstijgt boven je

verwachtingen. Ze is de liefdevolle essentie van alle spirituele benaderingen en zal daarom niet conflicteren met iemands godsbeeld. Haar namen zijn legio: liefde, God, bron, vrede, Jezus, Boeddha, Jahweh, Mohammed, Allah, Hogere Intelligentie, Spirit, Heilige Geest, Jehova, Gids, innerlijke wijsheid, Ruach Hakodesh en anderen. Ik heb cliënten gehad die de voorkeur geven om Haar natuur of oceaangolven te noemen. Anderen stellen haar gelijk aan de liefdevolle herinnering aan een grootmoeder, huisdier of coach. Het maakt niet uit welke naam je Haar geeft omdat Ze geen ego heeft. En Ze is natuurlijk niet echt een 'zij' omdat Ze geen lichaam en geslacht heeft. Ik refereer aan Haar als een zij omdat vrouwen over het algemeen wat zachter en meer meelevend worden beschouwd. Maar als je dat liever hebt, kun je Haar ook Hem of Het noemen, of zelf een wolk of bries. Kies maar. Hoe je Haar noemt verandert niet wie Ze is.

Gebracht door een buitenstaander – een ingenieur

Ik geef je deze vernieuwing als een buitenstaander van de geneeskunde. Ik ben aan de Stanford Universiteit afgestudeerd als ingenieur en heb geen formele opleiding in geneeskunde of enige vorm van therapie. Hierdoor ben ik vrij om te innoveren omdat ik niet gehinderd wordt door verouderde overtuigingen die alom aanwezig zijn binnen de geneeskunde. De geneeskunde heeft zeker een aantal indrukwekkende verbeteringen laten zien, maar die blijven klein in vergelijking met de mogelijkheden die je zelf in je hebt. Ingenieurs hebben de behoefte om alles simpel te maken. We bekijken een complex proces, delen het op in de essentiële onderdelen, gooien alles wat overbodig is weg en zetten het dan weer in elkaar als een gestroomlijnde procedure. Het resultaat is, in dit geval, de *Unseen Therapist* en Haar ene natuurlijke remedie voor alles. "Maar Gary", zou je kunnen vragen, "hebben mensen niet al lang dit soort methoden ingezet, zoals gebed en genezen op afstand?". Ja natuurlijk, en de verbluffende resultaten die hiermee bereikt worden, hebben me op dit pad gezet. Wat ik eraan toegevoegd heb, is een begeleidende procedure (de Vrede met Jezelf-procedure), die zorgt voor een unieke focus op jouw persoonlijke problemen. Deze focus zorgt voor meer kracht in je gebeden om genezing, en deze worden dan ook beantwoord met meer betrouwbaarheid, diepte en efficiëntie. Dit is de reden waarom de *Unseen Therapist*, samen met de begeleidende procedure, nu reeds het genezings-landschap aan het veranderen is. Je kunt dit nagaan in de bijlage met voorbeelden, waarin een aantal dramatische voorbeelden worden gegeven van het werk van deze combinatie. (Zie Bijlage 3). Deze voorbeelden gaan van herstel na een beroerte, via angst voor honden, naar het verdwijnen van bloedstolsels en wonderen in het ziekenhuis en meer.

Een praktisch boek

Dit is een praktisch boek dat je laat zien hoe je resultaten kunt behalen, maar zonder theologische discussies over de waaromvraag. Dus, je gaat je door dit boek verbinden met de enorme genezende kracht van je spirituele essentie terwijl theologische speculaties achterwege gelaten worden. Hierdoor kun je verder kijken dan conventionele methoden, zodat de ware oorzaak van je kwalen wordt onthuld.

En deze ware oorzaak ligt in de geest. De oorzaak is emotioneel, niet fysiek.

Dit vereenvoudigt het hele terrein van de gezondheidszorg en stelt je in staat om een brug over te steken naar een ultieme remedie met een helende werking die ondenkbaar zijn bij therapieën die door de mens gemaakt zijn. Nieuwe deuren, nieuwe vergezichten en indrukwekkende voordelen wachten op je.

Hoe verder?

Dit is een praktisch boek dat een introductie geeft van dit gedachtengoed. Het kan onmogelijk alles bevatten wat deze nieuwe manier van werken inhoudt en geeft. Ga het lezen en bestuderen en doe het vooral veel. Daarna zou een volgende stap de EFT zelfhulpcursus (voor leken) of de Optimal EFT leergang (voor professionals) kunnen zijn. Alle informatie hierover vind je op www.official-eft.nl.

De brug naar de ultieme remedie

We staan aan de ene kant van een brug, onbewust van het feit dat de ultieme remedie voor onze kwalen aan de andere kant te wachten staat. We weten dit niet omdat onze aandacht is afgeleid door de conventionele overtuigingen die zo diep zijn ingebakken in de gezondheidszorg. Dit is ook de reden dat we enorme hoeveelheden geld uitgeven om duizenden remedies te ontwikkelen voor de vele ziekten waarvan we denken dat we ze hebben ontdekt. Veel hiervan is onnodig en verspilling - en je zult zien waarom. Bovendien wordt er door de meest prestigieuze universiteiten ter wereld, onderzoek gedaan naar het lichaam tot in de kleinste details - van cellen tot neurotransmitters en meer. Alleen al om te leren hoe je de gecompliceerde behandelingen toe moet dienen, is een uitgebreide medische training nodig en een vergunning vereist. De kosten voor de patiënt zijn natuurlijk enorm. Je kunt gemakkelijk een paar maanden salaris spenderen voor een week in een ziekenhuis. Maar deze inspanningen falen vaak - of helpen tijdelijk - en kunnen nog grotere problemen veroorzaken. Het systeem heeft duidelijk gebreken.

Aan de andere kant van de brug wacht de *Unseen Therapist*. Haar methoden zijn compleet anders dan die waarin we zo veel geïnvesteerd hebben. Ze zijn zachtaardig, vredig, toepasbaar op alles en onbegrensd. Er is geen speciale opleiding vereist en ze zijn gratis. Ze zal in dit boek geïntroduceerd worden en later wordt Ze in meer detail beschreven. Weet voor nu alvast, dat Ze niet naar je lichaam kijkt om verlichting te vinden omdat de ware oorzaak daar niet ligt. Deze ligt in je geest en dat wordt Haar focus. Dit is de reden waarom Ze zo effectief is. Ze richt zich op de ware oorzaak van je kwalen in plaats van kostbare zinloze pogingen te doen om je symptomen te verlichten. Je zult gaan begrijpen dat al je ziektes - van hik tot kanker - slechts symptomen zijn van deze diepere oorzaak.

Als ik naar de geest verwijs, heb ik het niet over de hersenen. De hersenen zijn een fysiek orgaan van het lichaam, net als de nieren, de longen en de lever. De geest is echter geen materie en daarom falen onderzoekers om het voor wetenschappelijke doeleinden te kunnen gebruiken. Je geest heeft een spirituele basis en het is waar je overtuigingen en emoties wonen. De geest haalt zijn kracht uit jouw spirituele dimensie - vanaf de andere kant van de brug. Je doel is hier om je over die brug te wagen om niveaus van liefde en vrede te bereiken die je steeds hogere niveaus van genezing gaan geven. Hoe verder je gaat, hoe diepgaander je genezing wordt.

De basis is essentieel

Dit boek is beknopt omdat de kerngedachten gemakkelijk te begrijpen zijn. Voor de beste resultaten heb je echter wel eerst de basisconcepten nodig voordat je de eigenlijke methode leert. Het daadwerkelijke genezingsproces wordt bijvoorbeeld in slechts een paar pagina's in het laatste deel van dit boek uitgelegd (zie stap voor stap door de Vrede met Jezelf-procedure op pag. 33). Als je erg nieuwsgierig bent, kun je daar nu naartoe gaan en deze essentiële NewThink-basis, die meer uitleg geeft over dit nieuwe genezingsproces, overslaan. Houd er echter rekening mee dat het je waarschijnlijk meer tijd gaat kosten en je ook niet zo snel resultaten zult boeken als je deze cruciale basisconcepten niet begrijpt. Als je ervoor kiest om dit over te slaan, kom dan zeker terug voor het volledige plaatje.

Dus wat is het nieuwe denken (NewThink)? Ik leg het hierna uit.

NewThink: Introductie

Radicale vernieuwingen worden meestal met scepsis ontvangen. Dit komt omdat oude, gekoesterde, overtuigingen ter discussie moeten worden gesteld en een nieuw denken, of NewThink, hun plaats moet gaan innemen. Dit proces kan opwindend zijn, omdat het leuk en stimulerend is om op deze nieuwe manier te leren denken. Dat neemt niet weg dat weerstand tegen dergelijke veranderingen gebruikelijk en zelfs begrijpelijk is. We zijn geneigd om vast te willen houden aan onze oude overtuigingen, ook als ze ons niet altijd goed helpen. We zijn aan ze gewend. Ze voelen vertrouwd en vertegenwoordigen wat we geloven, en hopen, dat waar is. Daarom is mijn belangrijkste taak hier om een goed fundament te leggen voor deze nieuwe manier van denken. En niet, zoals je wellicht zou verwachten, om de validiteit van onze genezingsmethode te bewijzen. Dat laatste is het gemakkelijke deel omdat je zelf de onbetwistbare waarheid ervan kunt ervaren door het simpelweg toe te passen op je eigen problemen. Om het begrijpelijk te maken, heb ik ons NewThink-concept in verschillende makkelijk tot je te nemen stukken opgedeeld. Er zit een logische opbouw in deze stukken. Wees gewaarschuwd: NewThink zal waarschijnlijk vele van je overtuigingen uitdagen.

NewThink #1: We begrijpen de ware oorzaak van onze kwalen niet

Hier begint het nieuwe denken. Als we de ware oorzaak van onze aandoeningen zouden snappen, dan was dit boek niet nodig. Maar dat doen we niet en dat wordt ook volledig onderkend door de medische professie zoals je dadelijk zult zien. Ik heb veel respect voor de leden van onze medische professie en beschouw velen van hen als mijn persoonlijke vrienden. Het vergt grote toewijding om de medische opleiding en specialisatie te doorlopen en zelfs nog meer toewijding om aan de complexe behoeften van patiënten te voldoen.

Wat is de ware oorzaak?

Artsen en verpleegkundigen zijn vaak gefrustreerd omdat kennis over de ware oorzaak van ziekten hen grotendeels ontgaat. Ondanks de enorme hoeveelheid tijd en geld die wordt besteed aan medisch onderzoek, zijn onze toegewijde artsen grotendeels gedwongen om alleen de symptomen van onze ziekten te behandelen. De oorzaak zelf blijft op hun verlanglijstje staan, zelfs voor de meeste aandoeningen van fysieke aard.

Zoeken op de verkeerde plaatsen

Dit komt omdat medisch onderzoek vaak op de verkeerde plaatsen naar oorzaken zoekt. Bijvoorbeeld: medisch onderzoek wijst op het feit dat depressie lijkt samen te hangen met een chemische disbalans in de hersenen. En daarom wordt een chemische stof (geneesmiddel) gegeven dat de balans zogenaamd herstelt en de patiënt zich beter voelt. Patiënten moeten echter doorgaan met het nemen van het medicijn anders verschijnen hun symptomen opnieuw. Dus het medicijn lost het probleem niet op. Integendeel, het maskeert tijdelijk de symptomen. Hieruit volgt dat een chemische disbalans niet de echte oorzaak van depressie kan zijn. De disbalans is slechts een symptoom. Uiteindelijk moeten we achterhalen wat de disbalans veroorzaakt. Dan pas zullen we dichterbij de echte oorzaak komen. Dezelfde redenering is van toepassing op elke andere ziekte die ik kan bedenken. Kanker wordt bijvoorbeeld niet veroorzaakt door cellen die verkeerd gaan delen, hoewel dat celgedrag vaak de focus wordt van medische behandeling. Onze toegewijde medische professionals zullen de 'aanstootgevende' cellen doden met bestraling of chemotherapie en tumoren verwijderen met een operatie. Maar ook al hebben deze processen een zekere mate van succes, ze gaan niet in op wat er de oorzaak van was dat de cellen zich gingen misdragen. Op deze manier helpen ingrepen vaak niet of keert de kanker na een tijdelijke remissie terug.

Bekentenis: we kennen de oorzaak niet

Uit nieuwsgierigheid heb ik op een ochtend twee uur lang gezocht naar de oorzaken van vele kwalen op www.WebMD.com, een van de grootste en meest gezaghebbende medische websites die momenteel beschikbaar is. {Voor een Nederlandstalige website: kijk bijvoorbeeld op www.gezondheidsplein.nl/GR}. Ik kon niets vinden dat leek op een echte oorzaak voor welke ziekte dan ook. Het gebrek aan kennis over de ware oorzaak wordt zelfs gemakkelijk toegegeven. Hier zijn enkele voorbeeldcitaten die deze openhartige bekentenissen weergeven:

Multiple Sclerose:

"Artsen begrijpen nog steeds niet wat multiple sclerose veroorzaakt, maar er zijn interessante gegevens die suggereren dat genetica, de omgeving van een persoon en mogelijk zelfs een virus een rol kunnen spelen."

Migraine:

"Experts weten niet precies wat de oorzaak van migraine is. Ze komen familiair voor en experts hebben een genetische link gevonden. Maar het is niet duidelijk waarom sommige mensen migraine krijgen en anderen niet."

Astma:

"Niemand weet echt wat astma veroorzaakt. Wat we wel weten is dat astma een chronische ontstekingsziekte van de luchtwegen is."

Prikkelbare darm syndroom (IBS):

"De exacte oorzaak van het prikkelbare darm syndroom (PDS) is niet bekend. Maar gezondheidsdeskundigen zijn van mening dat gebrekkige communicatie tussen de hersenen en het darmkanaal een oorzaak van symptomen is."

Reumatoïde Artritis:

"Artsen weten niet precies wat de oorzaak is van reumatoïde artritis. Het kan een combinatie van genen en omgeving zijn. Sommige onderzoekers denken dat een infectie met een bacterie of een virus de ziekte bij sommige mensen kan veroorzaken, maar tot nu toe is onbekend welk virus of ander organisme dat doet."

Scoliose:

"In de meeste gevallen is de oorzaak van scoliose niet bekend. Dit wordt idiopathische scoliose genoemd. Het ontwikkelt zich meestal bij kinderen en tieners en lijkt verband te houden met verschillende dingen, waaronder genetische invloed, omdat het vaak familiair is."

De ziekte van Sjögren:

"Artsen weten de exacte oorzaak niet. Je hebt mogelijk risico verhogende genen. Een infectie met een bacterie of virus kan een trigger zijn die de ziekte in gang zet."

ADHD:

"Niemand weet precies wat ADHD veroorzaakt, maar van bepaalde dingen is bekend dat ze een rol spelen."

Dyslexie:

"De oorzaak van dyslexie is niet duidelijk, hoewel het waarschijnlijk een erfelijke (genetische) aandoening is omdat het in gezinnen voorkomt. Sommige studies hebben aangetoond dat mensen met dyslexie afwijkingen hebben in het functioneren van de hersengebieden die te maken hebben met lezen en taal."

Angst:

"De exacte oorzaak van angststoornissen is onbekend, maar angststoornissen - zoals andere vormen van psychische aandoeningen - zijn niet het gevolg van persoonlijke zwakheid, een karakterfout of een slechte opvoeding. Terwijl wetenschappers hun onderzoek naar geestesziekten voortzetten, wordt het steeds duidelijker dat veel van deze aandoeningen worden veroorzaakt door een combinatie van factoren, waaronder veranderingen in de hersenen en omgevingsstress."

Paniekstoornis:

"De precieze oorzaak van een paniekstoornis is niet duidelijk, men denkt dat het kan worden veroorzaakt door een onbalans van chemische stoffen in de hersenen (neurotransmitters) en kan ook in families worden doorgegeven (genetisch)."

Fobieën:

"De oorzaak van fobieën is onbekend. Als je een familielid met een fobie hebt, heb je meer kans op een fobie."

Endometriose:

"De exacte oorzaak van endometriose is niet bekend."

Leukemie:

"Experts weten niet wat de oorzaak is van leukemie. Maar sommige dingen kunnen het risico op sommige soorten leukemie verhogen."

Bipolaire stoornis:

"Artsen begrijpen de oorzaken van een bipolaire stoornis niet helemaal. Maar ze hebben in de laatste jaren een beter begrip gekregen van het bipolaire spectrum: van de uitgelaten staat van de manie tot de dieptepunten van de zware depressie en de verschillende gemoedstoestanden tussen deze twee uitersten."

Chronisch vermoeidheidssyndroom:

"Artsen weten niet wat het chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS) veroorzaakt. Bij veel mensen beginnen CVS-symptomen na een virale ziekte. In sommige gevallen lijkt CVS te volgen op een groot fysiek of emotioneel trauma of een blootstelling aan toxines. Maar er is geen enkele bekende oorzaak van CVS."

Eczeem:

"Artsen weten niet precies wat de oorzaak is van eczeem. Het meest voorkomende type eczeem - atopische dermatitis - lijkt op een allergie. Maar deze huidirritatie, die vaker bij kinderen dan bij volwassenen wordt waargenomen, is geen allergische reactie."

Dit is een teleurstellende opsomming en helaas vertegenwoordigt het slechts ongeveer één procent van de volledige lijst. Dus ondanks enorme hoeveelheden onderzoeksgeld dat wordt besteed aan het vinden van genezing, hebben onze artsen nog steeds geen echte oorzaak gevonden voor de overgrote meerderheid van onze ziekten. Toch vertrouwen we op die artsen en, hoewel we soms succes hebben, zijn we maar al te vaak onderworpen aan onnodige operaties, verkeerde diagnoses en bijwerkingen van voorgeschreven medicijnen. Welk beter bewijs kunnen we hebben dat medische onderzoekers op het verkeerde spoor zitten? Ze zoeken naar oorzaken waar ze niet bestaan. Probeer dit maar eens voor je eigen ziekte(n). Ga naar een grote medische website zoals www.WebMD.com of www.gezondheidsplein.nl en zoek naar de echte oorzaken. Als je er een kunt vinden, laat het me weten. Accepteer als antwoord op je zoekopdracht echter geen verklaringen als: "Er lijkt een genetische neiging te zijn ..." of "Mensen met diabetes hebben meer kans om aan [een of andere aandoening] te lijden..." of "Risicofactoren omvatten ..." Tendensen, vergezochte verbanden en risicofactoren zijn geen oorzaken. Ze helpen artsen alleen maar om te gissen naar oorzaken en daarmee proberen ze uit te leggen wat er aan de hand is.

NewThink #2: De ware oorzaak = Negatieve Emoties

Dus wat veroorzaakt de vele ziekten die we kennen dan wel?

De geest, niet het lichaam

Ons NewThink-antwoord wijst naar de geest, niet naar het lichaam. Nog specifieker: ziektes verschijnen in het lichaam als manifestaties van onopgeloste angst, boosheid, schuldgevoelens en andere negatieve emoties die we in de loop van ons leven opdoen en verzamelen. Los je emotionele problemen op en je verwijdert de belangrijkste oorzaken. Dit boek laat je zien hoe je dat moet doen. Als de oorzaken weg zijn, zullen je ziektesymptomen afnemen. Het is een eenvoudig idee, maar dat is de waarheid meestal. Intuïtief weten we dat dit waar is. We voelen vaak de zwaarte van schuldgevoelens, de vrees voor angst en de explosiviteit van woede in ons lichaam. Artsen hebben geen angst-meter of iets dergelijks om de mate van de schade te meten, en wij ook niet. We kunnen het echter wel van binnen voelen, en dus weten we dat deze negatieve emoties - of 'geluksrovers' - ons beroven van onze gezondheid.

Medische onderzoekers weten dit

Interessant is dat onze medische onderzoekers zich al op dit pad gewaagd hebben. Ze hebben veel onderzoeken uitgevoerd die diepgaand bewijzen dat negatieve emoties een belangrijke bijdrage leveren aan onze ziekten. Dit is natuurlijk in overeenstemming met de strekking van dit boek. Er is zelfs een nieuw veld genaamd psycho-neuro-immunologie dat zich baseert op deze ontdekking. Het heeft veel verhelderende studies opgeleverd die in deze richting wijzen, maar helaas is er tot nu toe weinig gedaan met dit soort onderzoek. Deze onderzoeken hebben bevestigd dat negatieve emoties resulteren in een cascade van 'negatieve chemie' (mijn term) die je lichaam overspoelt en, wanneer je dit lange tijd in je lichaam vasthoudt, kan resulteren in een lange lijst van ernstige ziekten. Je immuunsysteem is ontworpen om ziekten af te weren en als het zijn werk kan doen, presteert het bewonderenswaardig. Wanneer je echter voortdurend gedachten van wrok, schuld, zorgen, angst en dergelijke toelaat, wordt je lichaam ondergedompeld in een zwerm van negatieve chemie die je immuunsysteem ondermijnt en de herstelmechanismen van het lichaam ernstig schaadt. Een groot aantal wetenschappelijke onderzoeken, waaronder de hiervoor genoemde psycho-neuro-immunologie, biedt een degelijke, medische verklaring voor dit fenomeen. Het probleem is dus niet dat er een gebrek aan bewijs is dat negatieve emoties (en de resulterende negatieve chemie) echte oorzaken van ziekte zijn. Het probleem is eerder dat de medische professie haar remedies richt op het symptoomniveau, niet op de oorzaak.

De gevolgen van de negatieve stress chemie

En hoe groter en persistenter die negatieve chemie, hoe meer je immuunsysteem - en de reparatiemechanismen van je lichaam - worden belemmerd. Dit resulteert in een verhoogde kans dat ziekte en andere kwalen wortel schieten in ons lichaam. Het is alsof je een sport speelt met een steeds zwakker wordende verdediging. De tegenpartij kan uiteindelijk naar eigen inzicht scoren. We zijn ons bewust van enkele van de meer oppervlakkige uitingvormen van deze schade omdat ze directe fysieke

effecten hebben. We merken bijvoorbeeld dat een uitbarsting van woede direct effect heeft op onze hartslag en bloeddruk. Evenzo komen negatieve emoties zoals angst en zorgen vaak naar voren als buikpijn, ademhalingsmoeilijkheden, hoofdpijn of een gevoel van beklemming in de keel en de borst. Helaas zijn we ons vaak niet bewust van de diepere schade totdat er ernstige symptomen verschijnen. Het duurt vaak maanden of jaren - zelfs decennia - voordat die belasting van negatieve chemie ons immuunsysteem en reparatiemechanismen zodanig uitput dat we meer ernstige en langdurige symptomen ontwikkelen die uiteindelijk in (chronische) ziekte overgaan. Zoals eerder gemeld, is dit typisch het punt waarop reguliere artsen medicijnen, bestraling, operaties en andere invasieve technieken toedienen om zo hopelijk je symptomen te bestrijden. In de tussentijd krijgen de onderliggende emotionele oorzaken geen aandacht en dus, ondank dat de medische behandelingen enkele schijnbare successen kunnen geven, zet de negatieve chemie zijn kruistocht tegen je lichaam voort. Helaas wordt er aan dit feit weinig of geen aandacht besteed. Dit is begrijpelijk omdat artsen, tot nu toe, niet de juiste hulpmiddelen hebben gekregen om de schadelijke effecten van negatieve emoties echt te neutraliseren. Hun medische opleiding is lichaamsgericht en 'zaken van de geest' worden over het algemeen gezien als behorend tot een ander gebied.

De hulp invoeren van de Unseen Therapist

Vanwege het feit dat zaken van de geest niet de focus van hun training zijn, hebben artsen de neiging om dit probleem af te doen als 'stress' en remedies aan te bevelen zoals 'van baan veranderen' of 'een vakantie nemen' of 'mediteren.' Meditatie is zeker een stap in de goede richting, maar niet genoeg op zichzelf. Dit is waarom we de hulp invoeren van de *Unseen Therapist*. Dezelfde redenering kan worden toegepast op psychiaters en andere artsen die zijn getraind om te kijken naar 'zaken van de geest'. Ook zij hebben de neiging om de symptomen te behandelen met medicijnen in plaats van de oorzaak op te sporen. De *Unseen Therapist* biedt hen een kans om wél de oorzaak van het probleem aan te pakken.

Sinds 1995 hebben veel artsen en verpleegkundigen mijn 'Ware Oorzaak = Negatieve Emoties' - processen gebruikt en hebben ze me veel lovende verslagen gestuurd. Het is onvermijdelijk, denk ik, dat de hele medische wereld uiteindelijk deze ware oorzaak zal integreren in de voortreffelijke medische wetenschappelijke inzichten die ze verzamelen. Dit kost natuurlijk tijd. Wanneer dit gebeurt, is het meest voor de hand liggende resultaat dat onze meer vooruitstrevende artsen de *Unseen Therapist* zullen toepassen voordat ze hun toevlucht nemen tot medicijnen, operaties, bestraling en andere heftige ingrepen. Dit zal voor iedereen een grote stap voorwaarts zijn, omdat het onze helende mogelijkheden zal maximaliseren en de soms rampzalige bijwerkingen van onnatuurlijke invasieve technieken zal minimaliseren.

Een voorbeeld van een vooruitstrevende arts vind je in Bijlage 2. Ze volgt al jaren mijn 'Ware Oorzaak = Negatieve Emoties'-concept en heeft daarmee zulke goede resultaten gekregen dat ze haar reguliere medische praktijk in de steek heeft gelaten ten gunste van deze nieuwe ideeën. In de bijlage kan je lezen hoe ze eerst met Gold Standard EFT ging werken. Daarna legt ze uit waarom ze de *Unseen Therapist* is gaan inzetten. Haar verhaal komt grotendeels overeen met wat je in dit boek kunt lezen. Een voorbeeld hiervan: "Het was voor mij een opluchting om cliënten te helpen de echte oorzaak van hun problemen te vinden in plaats van alleen hun symptomen te behandelen."

Leren communiceren met de Unseen Therapist

Of je nu zelfhulppatiënt of zorgprofessional bent, zodra je de communicatie met de *Unseen Therapist* volledig onder de knie hebt, zet je de definitieve stap naar genezing. En dan zal de gezondheidszorg, zoals wij die nu kennen, verouderd raken. Maar daarvoor moet je wel eerst de brug oversteken van het oude denken naar het nieuwe denken (NewThink). Moeten we in de tussentijd medicijnen en alle andere, door de mens gemaakte geneesmethoden, laten vallen en alleen maar de *Unseen Therapist* gebruiken? Nee! Althans, nog niet. Het oversteken van de brug is een proces en hoewel elke stap je verder brengt en genezing kan bieden, is het onrealistisch om te denken dat iedereen die brug helemaal overgaat. Als het bijvoorbeeld duizend stappen kost om de brug volledig over te steken, hebben mijn leerlingen die opmerkelijke resultaten melden (zie Bijlage 3: Een kijkje in je mogelijkheden), misschien maar twee tot vijf stappen genomen. Ze zijn net begonnen (net als jij) en toch hebben ze al opmerkelijke resultaten geboekt. Resultaten die soms al de capaciteit van onze beste artsen en ziekenhuizen overstijgen. Jij kunt dit ook. Je mogelijkheden hebben geen grenzen.

Andere oorzaken van ziekte

In dit stadium van onze kennis over de *Unseen Therapist*, moeten we ook andere oorzaken van ziekte in ogenschouw nemen. Deze oorzaken zijn bijvoorbeeld onze levensstijl (inclusief dieet) en ongevallen. Dit soort oorzaken voor ziekten lijken niets met onze negatieve emoties te hebben. Maar ook hier spelen negatieve emoties nog steeds een rol. Bijvoorbeeld, je vol stoppen met suiker, tabak, alcohol, drugs en andere giftige stoffen, zal ons lichaam zeker schaden. Als je dit gedrag beter bestudeert, zal je ontdekken dat dit gericht is op 'je beter te voelen' of 'je te ontspannen' omdat het zelfmedicatie is om onze twijfel, angst, schuldgevoel, woede en andere emotionele onrust te kalmeren. Dit soort gedrag levert dus, tijdelijk, ook een soort schijnbare rust op die lijkt op wat we kunnen bereiken met de *Unseen Therapist*. De verwachting is dat je levensstijl verandert en je andere keuzes maakt als je de brug oversteekt en Haar toestaat om je echte vrede te geven. Je hebt dan geen chemische substanties meer nodig om de interne harmonie te bereiken die we zoeken. Dus ook bij zogenaamde andere oorzaken van ziekte, spelen negatieve emoties een centrale rol en kunnen ze gelukkig met ons proces worden opgelost. Nog een overweging: de tijd die je nodig hebt voor herstel van ongevallen en andere lichamelijke problemen, wordt ook beïnvloed door onze onopgeloste negatieve emoties. Dit komt omdat onze emotionele problemen de neiging hebben zich te manifesteren in de zwakke of getraumatiseerde delen van ons lichaam en zo genezing te belemmeren. Dit lijkt misschien vreemd voor je, maar ik heb veel gevallen gezien waarbij het verminderen van woede, schuldgevoel en dergelijke de hersteltijd van ongevallen met 50% of meer heeft versneld.

NewThink #3: Er is één natuurlijke remedie voor alles

Tot nu toe hebben we uitgelegd gekregen dat de ware oorzaak van de overgrote meerderheid van onze kwalen gelegen is in onopgeloste negatieve emoties. Als we deze lijn doortrekken, dan dicteert het gezond verstand ons dat we onze aandacht dus moeten richten op emotionele remedies. En niet op fysieke of chemische methoden.

Onze conditionering

Onze door de mens gemaakte genezingsmethoden, hebben ons geconditioneerd om te geloven dat elk van de duizenden aandoeningen die mensen kunnen krijgen, een specifieke remedie heeft. Daarom nemen we een bepaalde pil voor hoofdpijn en een hele andere voor angst. We doen speciale oefeningen voor sommige problemen en beperkende diëten voor anderen. Straling kan worden aanbevolen voor sommige tumoren, terwijl een operatie de aangewezen manier kan zijn om darmaandoeningen aan te pakken.

Een verbluffend nieuw idee

De methoden in dit boek gaan volledig voorbij aan dit concept van meerdere remedies. Dit concept wordt vervangen door ...

één natuurlijke remedie voor alles!

Dit is een verbluffend idee, want goed begrepen, gooit dit veel van de medische en farmaceutische overtuigingen overboord. Dit baanbrekende idee houdt in dat de duizenden behandelingen die zijn ontwikkeld voor een schijnbaar onbeperkt aantal kwalen, allemaal teruggebracht kunnen worden tot één proces dat iedereen kan leren. Wellicht kun je dit idee op theoretische gronden nog wel volgen, maar zal je je toch nog afvragen of de *Unseen Therapist* verlichting kan brengen in jouw specifieke probleem. Je gedachten kunnen zijn: "Ik snap hoe anderen verlichting krijgen, maar hoe zit het met mij? Misschien is mijn probleem anders. Zo zou je in de verleiding kunnen komen om in dit boek te kijken of 'een gebroken teen' of 'de ziekte van Ménière bij iemand jonger dan 40 jaar' of 'PTSS van seksueel misbruik tijdens de jeugd' ergens wordt behandeld in deze tekst. Dat worden ze niet. Noch de meeste van de duizenden andere kwalen die door de geneeskunde benoemd worden. Je zou een boek nodig hebben dat vele malen dikker is dan dit boek om alleen al een korte beschrijving te geven van al die kwalen.

Ziekte is een symptoom

Zoals we al gezien hebben, zijn onze lichamelijke ziekten een gevolg van negatieve emoties en worden ze er ook door verergerd. Deze oorzaken liggen in de geest, in wat we denken en geloven, en dat manifesteert zich in ons lichaam. Op deze manier kan de wrok over een verraad op 14-jarige leeftijd bijdragen aan de ziekte van Parkinson voor de één, terwijl bij de ander diezelfde wrok zich kan manifesteren als een pijnlijke onderrug of slokdarmkanker. Dus de ziekte is niet het probleem. Het is een symptoom van het probleem. Vandaar dat je de echte boodschap mist als je in dit boek gaat zoeken naar een bepaald symptoom (ziekte of aandoening). De *Unseen Therapist* brengt vrede in de

ware oorzaak (negatieve emoties) van je kwalen en die vrede helpt op zijn beurt de symptomen op te lossen. Deze ware oorzaak is altijd hetzelfde, ongeacht de verschillende symptomen. Anders gezegd, je lichamelijke symptomen zijn een echo van je onopgeloste negatieve emoties.

Iedereen heeft in de loop van zijn leven heel veel versies van die ware oorzaak (schuld, angst, wrok, enz.) opgespaard. De manier waarop de symptomen zich in ons lichaam manifesteren, is veel minder belangrijk dan wat hen veroorzaakt. Dit is een essentiële basis voor onze nieuwe manier van denken.

Ga naar Bijlage 3 om een indruk te krijgen hoe de Unseen Therapist verlichting biedt voor vele kwalen.

NewThink #4: Eindelijk luisteren naar wat de wetenschap al jaren zegt

Onze vooraanstaande wetenschappers vertellen ons al tientallen jaren dat de wereld heel anders is dan hoe het eruit lijkt te zien. Het gaat om een magische soort van misleiding. Het is een illusie. Dit is een cruciale onderbouwing van onze NewThink, want als de wereld die we zien niet echt is ...

dan moeten we elk geloof in twijfel trekken dat we erover hebben!

Dit is dus ook van toepassing op onze huidige opvattingen over genezing. Als ze gebaseerd zijn op een illusie, en dat zijn ze, dan zijn die overtuigingen niet te vertrouwen. In ons onderzoek van dit illusoire aspect van onze wereld, dat ik hieronder verder uitwerk, beginnen we met het bekende wetenschappelijke feit dat onze zintuigen ons bedriegen. En vanuit die kennis zullen we de realiteit van wat ze ons vertellen in twijfel trekken. Dan gaan we naar de kwantumfysica, onze meest geavanceerde wetenschap, waar we nog steviger bewijs zullen vinden dat de wereld, zoals we die kennen, een illusie is. Onze zintuigen laten ons op overtuigende wijze een vergissing zien: niets is van elkaar gescheiden. Er is alleen één grote Eenheid, waarvan we ons niet bewust zijn. Dit is ook weer een essentieel fundament voor ons begrip, omdat deze Eenheid de thuisbasis is van de *Unseen Therapist*. In essentie...

kwantumfysica heeft het Goddelijke ontdekt!

Kwantumfysica zet de deur open naar onze nieuwe manier van denken en trekt al onze huidige overtuigingen in twijfel.

Onze zintuigen bedriegen ons. De wereld is niet zoals het lijkt!

We vertrouwen op onze zintuigen. Onze zintuigen informeren ons lichaam over wat er gebeurt in de wereld. Zonder hen zouden we geen idee hebben. We zouden niets zien en horen. We zouden niets proeven - of ruiken - of voelen. Geen honger zou ons waarschuwen om te eten en geen dorst zou ons laten drinken. We zouden niet weten of we in de sneeuw op de Noordpool aan het bevroren zijn of midden in een uitbarstende vulkaan zitten. Zonder onze zintuigen zouden we niet eens weten dat we een lichaam hebben. Dus voor ons zijn onze zintuigen *alles*. En we vertrouwen volledig op hen. We raadplegen onze zintuigen elk moment van ons bestaan en interpreteren wat ze rapporteren. En vervolgens gedragen we ons plichtsgetrouw alsof deze informatie klopt. Dit geldt voor alles, van eenvoudige gesprekken - tot het vermijden van gevaar - tot het uitgeven van geld - tot het nemen van beslissingen – werkelijk elk facet van ons leven. In essentie zijn we gevangen van onze zintuigen en stemmen ons gedrag er gehoorzaam op af. Het is wat we weten – althans, dat denken we.

Onze zintuigen bedriegen ons

Helaas, onze zintuigen bedriegen ons - behoorlijk. Ze laten ons een zeer beperkte wereld zien. Het overtuigende bewijs hiervoor kregen we al aangereikt toen we nog op de middelbare school zaten. Om te beginnen hebben we geleerd dat onze ogen en andere zintuigen slechts een fractie van ons fysieke bestaan waarnemen. Een voorbeeld: het hele elektromagnetische spectrum bevat

radiogolven, microgolven, infrarood, ultraviolet, röntgenstralen, gammastraling en meer. Als je je voorstelt dat deze bandbreedte een kleine 5000 kilometer beslaat (de afstand tussen Amsterdam en Dakar), dan is het deel dat onze ogen kan zien ongeveer een armlengte lang. Dat is het deel dat wij het zichtbare spectrum noemen. We zouden het beter zo kunnen omschrijven:

het belachelijk kleine deel waarvan wij denken dat het de werkelijkheid is!

De rest van dit spectrum (99.99999%) ligt volledig buiten onze dagelijkse waarneming. Ik bedoel écht volledig. Het gebeurt allemaal - nu - maar onze zintuigen nemen het niet waar. Ook onze oren horen slechts een klein deel van het hele geluidsspectrum. Dit betekent dat de overgrote meerderheid van alle mogelijke geluiden die er zijn, niet beschikbaar is voor onze oren. En onze gevoelens, smaken en geuren zijn op dezelfde manier ernstig beperkt. Anders gezegd, we hebben geen flauw idee wat er echt aan de hand is. En toch zijn we ervan overtuigd dat onze minuscule zintuigen ons de realiteit voorschotelen. We hebben zelfs gezegdes die dit soort vaste overtuigingen in deze illusies, uitdrukken. We zeggen dingen als ..."Zien is geloven", "Ik zag het met mijn eigen ogen" en "Ik hoorde het met mijn eigen oren." Onze levens en onze overtuigingen over politiek, wetenschap, relaties, gezondheid, enz. zijn bijna volledig gebaseerd op de 0,00001% die onze zintuigen waarnemen. De rest wordt genegeerd. Onze zintuigen sluiten bijna alles buiten en laten ons zitten met de verkeerde indruk dat de oneindig kleine stukjes die we waarnemen, alles is wat er is.

Wij nemen zeven dimensies niet waar

Onze wetenschappers hebben inmiddels elf dimensies geïdentificeerd en toch nemen wij door onze zintuigen slechts vier van hen waar (lengte, breedte, diepte en tijd). De raadselen van de andere zeven zijn verborgen voor ons, onbereikbaar voor onze waarneming. Kun je me bijvoorbeeld vertellen wat er aan de hand is in dimensie #8? Zou je onwetendheid hierover wellicht je veroudering veroorzaken? Bevat deze dimensie het antwoord op de armoede in de wereld? Is het de plek waar Elvis leeft (glimlach)? Hoe zit het met dimensie #10 of #7? Welke schatten bevatten ze? Dit zijn diepgaande vragen die om onze aandacht vragen. Ze worden echter opzij geschoven omdat het over ideeën gaat die buiten onze waarneming vallen. We zijn te druk bezig om ons een weg te banen door onze imaginaire wereld, om met zulke diepzinnige ideeën bezig te zijn.

Onze door mensen gemaakte genezingsmethoden kennen ernstige beperkingen

Onze kunstmatige geneesmethoden aan deze kant van de brug, zijn allemaal gebaseerd op dit minuscule deel van onze zintuiglijke waarneming en doen weinig of niets om de therapeutische kracht te benutten van het overige grote deel van de werkelijkheid. En daar ligt de onontgonnen kracht van de *Unseen Therapist*, die in staat is tot buitengewone resultaten, zoals te zien is in Bijlage 3.

We keren nu terug naar de essentiële bijdrage van Kwantumfysica.

Kwantumfysica: de wetenschap die elke overtuiging die we hebben vernietigt!

Een 'palace of possibilities'

Kwantumfysica neemt ons mee op een reis voorbij onze zintuigen. Het is een ontsnapping naar een nieuwe realiteit die we nooit hadden verwacht en opent de deur naar een enorm 'paleis van mogelijkheden'. Het beantwoordt ook de vraag: "Als onze zintuigen ons bedriegen, hoe ziet de echte wereld er dan uit?" Laat me dit voor je ontrafelen. Ten eerste vertelde Albert Einstein ons in het begin van de twintigste eeuw dat alles, inclusief onze lichamen, is opgebouwd uit energie. Dit is een ander voorbeeld van een ontdekking "buiten onze zintuigen". Onze zintuigen vertellen ons immers, dat we vaste vormen hebben en niet dat we pakketten van trillende energie zijn. Later ontstond een nieuwe wetenschap die bekend staat als kwantumfysica. Het is de studie van zeer kleine dingen (kwanta) op atomaire schaal en verkent als zodanig fascinerende verschijnselen die zo oneindig klein zijn dat onze zintuigen ze zonder hulp niet kunnen waarnemen. En aangezien we uit atomen zijn opgebouwd ...

is het ook de studie van onze fysieke realiteit!

Dit is letterlijk een godsgeschenk, omdat deze studies onze wetenschappelijke sondes zijn geworden in de mysteries die ten grondslag liggen aan ons bestaan. Ze wijzen de weg naar onze ware realiteit en doen dit zonder dat onze beperkte zintuigen in de weg zitten. Zodoende bieden ze een zuivere, zintuig-vrije verkenning die centraal staat in onze nieuwe manier van denken (NewThink).

Hoewel de kwantumfysica een boeiende lijst van overtuigende ontdekkingen levert, richt onze aandacht zich op slechts één van hen. Die ontdekking ligt volledig buiten onze zintuiglijke wereld (hoera!) en geeft inhoud aan de *Unseen Therapist*. Het maakt haar geloofwaardig zonder alleen te moeten vertrouwen op geloof. En die ene overtuigende ontdekking is ...

afscheiding is onmogelijk!

We zijn allemaal opgebouwd uit atomen en op atoomniveau zijn alle atomen verbonden. Jouw lichaam kan dus niet gescheiden zijn van het mijne. Noch kun je gescheiden zijn van de boom die je misschien buiten door je raam ziet. Al deze atomen zijn met elkaar verbonden, net als druppels water met elkaar worden vermengd om een oceaan te vormen.

Een gigantische Eenheidssoep

Jij en ik zijn letterlijk met elkaar verbonden en bestaan binnenin een gigantische Eenheidssoep, die ook elk ogenschijnlijk apart object dat we waarnemen, omvat. Ik bedoel alles, van auto's tot boeken tot onze huisdieren, tot de oceanen, bergen, wolken en alles daartussenin. Wij zijn één met iedereen en alles, geen uitzonderingen. Dit is nu een degelijke, gevestigde, wetenschap die we al decennia kennen. Het is het meest verbluffende nieuws aller tijden. Waarom? Omdat het betekent dat alles wat we waarnemen via onze zintuigen een illusie is en dat niets bestaat in een afgescheiden vorm. Nogmaals, onze zintuigen bedriegen ons. We zien en horen dingen die er niet echt zijn. Onze echte realiteit is Eenheid.

Ondersteund door onze meest prestigieuze wetenschap

De kwantumfysica levert dus het bewijs van onze ware werkelijkheid die volledig onafhankelijk is van de mening van mijzelf of van iemand anders. Je hebt niet langer een geloofsovertuiging nodig om de brug over te steken. Je wordt ondersteund door onze meest prestigieuze wetenschap. Zoals je wellicht zult waarderen, hebben we mensen met Einsteins intelligentie en achtergrond nodig om de buitengewone boodschappen van de kwantumfysica op een goede manier te onderzoeken. De eindeloze experimenten die gedurende verschillende decennia zijn uitgevoerd, vereisen een basis in wetenschap en wiskunde die maar weinigen bezitten. Gelukkig zijn de bevindingen van deze zeer complexe wetenschap samengevat en prachtig weergegeven in de dvd-productie van 2004 die bekend staat als "What the Bleep !? Down the Rabbit Hole "(sterk aanbevolen). Het bevat input van enkele van de meest prominente wetenschappers van onze tijd, zoals Dr. Candace Pert, Dr. William Tiller, Dr. Joe Dispenza, Dr. John Hagelin, Dr. David Alpert, Dr. Amit Goswami, Dr. Dean Radin en Dr. Fred Alan Wolf. Hier zijn enkele van de centrale conclusies uit die populaire film. Let op de gemeenschappelijke thema's dat we niet gescheiden zijn - we zijn allemaal één - en onze zintuigen bedriegen ons.

"Op het meest fundamentele niveau van ons wezen zijn we allemaal één en die Eenheid is liefde. Het is God. We zijn niet afgescheiden van elkaar of van iets anders in het universum. Onze zintuigen vertellen ons natuurlijk anders, maar dat is een illusie."

"Al onze wereldse problemen kunnen worden teruggebracht tot de perceptuele fout dat we denken gescheiden te zijn."

"De wereld, zoals wij die zien, is een projectie van onze eigen overtuigingen in afgescheidenheid. We zijn geconditioneerd om dit te geloven omdat onze beperkte zintuigen ons misleiden. Er is niets buiten onszelf en alles wat onze ogen 'zien' is een illusie. We hebben onze eigen overtuigingen geprojecteerd op het scherm van de wereld en handelen volgens onze eigen foutieve projecties. Er is geen 'daarbuiten'."

"Tijd en ruimte bestaan niet. Het zijn slechts creaties van onze eigen geest om ons te helpen ons onjuiste geloof in afgescheidenheid te begrijpen."

"We beseffen nu dat dit verkeerde beeld van onszelf als afgescheiden het meest destructief is - het is hetgeen dat alle problemen in de wereld veroorzaakt. We realiseren ons nu dat die gedachte helemaal verkeerd is - we zijn allemaal één. We zijn allemaal samen. In de essentie van ons wezen zijn we verbonden. "

"Het diepste niveau van waarheid blootgelegd door wetenschap en filosofie is de fundamentele waarheid van eenheid. Op het diepste sub-nucleaire niveau van onze realiteit zijn jij en ik letterlijk één."

"Deze onderlinge verbondenheid - deze tijdloosheid - vind ik het begin van een wetenschappelijk begrip van spiritualiteit."

"Er is één God zelf dat we allemaal zijn. Daar komen we uit voort. Het hele Universum komt daaruit voort en zo ook komt elke afzonderlijke persoonlijkheid eruit voort met de illusie dat ieder een afzonderlijk individu is."

"Wanneer mensen een mystieke ervaring hebben, beschrijven ze dat ze het gebruikelijke gevoel van materiële werkelijkheid om hen heen beginnen te verliezen. Sterker nog, als ze ver genoeg gaan en een gevoel van absolute eenheidservaring bereiken, dan verdwijnt de gehele materiële wereld zoals we die kennen meestal. Waar we het hier over hebben is gewoon een ervaring van puur zijn, puur bewustzijn."

"Er is geen echte scheiding tussen ons. Dus dat wat we met een ander doen, doe we met een aspect van onszelf."

"Er is geen plaats waar we eindigen en al het andere begint. Alles is met elkaar verbonden."

"Het meest fundamentele gegeven is dat we allemaal verbonden zijn door een energieveld. We zwemmen als het ware in een zee van licht. Wat we moeten veranderen is het hele idee van afgescheiden zijn, omdat afgescheidenheid momenteel het grootste probleem in de wereld is."

"Dan zal je anderen beginnen te zien als een deel van jezelf. Je begint te beseffen dat simpelweg van anderen houden en ze niet veroordelen, het beste is wat je kunt doen. En dat wat je doet om een ander te ondersteunen, feitelijk jezelf ondersteunt. Je begint te zien dat je verbonden bent, je maakt deel uit van één grote familie."

We zijn deze toegewijde wetenschappers oneindig veel dankbaarheid schuldig omdat ze ons een wereld van enorme mogelijkheden laten zien. Mogelijkheden die ons toekomen, ons recht zijn. Goed beschouwd zijn deze ontdekkingen een ongeëvenaard geschenk in de geschiedenis. Ze barsten van de mogelijkheden en wachten op ons gebruik. De bevindingen van onze kwantumfysici missen echter één ding: ze wijzen weliswaar de weg naar nieuwe mogelijkheden, maar laten ons niet zien hoe we daar kunnen komen. Gelukkig wordt die kloof prachtig opgevuld door de *Unseen Therapist*.

Je kunt vragen stellen bij al onze overtuigingen

Denk eens na over wat onze wetenschappers zeggen. Ik bedoel, denk er echt over na. Elke overtuiging die wij hebben, veronderstelt een afgescheiden wereld en, omdat scheiding onmogelijk is ...

kun je vragen stellen bij al onze overtuigingen!

Ze zijn gebouwd op een denkbeeldig fundament dat de neiging heeft te veranderen en te verschuiven in de loop van de tijd. Dat is de reden waarom onze overtuigingen onstabiel zijn. Zijn jouw overtuigingen over religie of politiek bijvoorbeeld hetzelfde als 10 of 20 jaar geleden? En hoe zit het met je opvattingen over het opvoeden van kinderen of over hoe ons onderwijssysteem zou moeten werken? Zijn ze in de loop der jaren veranderd? En dan zijn er overtuigingen over huwelijk, relaties, geld en medicijnen. Hoeveel van die overtuigingen zijn in de loop van de tijd hetzelfde gebleven voor jou? Zelfs als sommige van je overtuigingen stabiel lijken te zijn, hoeveel andere mensen zijn het eens met elk detail van die overtuigingen? Nogmaals, onze illusoire overtuigingen veranderen en verschuiven en het is een echte uitdaging om twee mensen te vinden die een identieke lijst van overtuigingen hebben. Dat komt omdat die overtuigingen zijn gebouwd op een fundament van zintuiglijke misleiding en wel moeten veranderen en verschuiven omdat ze niet op waarheid zijn gestoeld.

Nu terug naar het wetenschappelijke feit dat afgescheidenheid onmogelijk is. Het zou het avondnieuws moeten domineren - en de krantenkoppen - en elke blog of talkshow op de planeet. Het moet in scholen worden onderwezen en doordringen in de mondiale politiek, zodat we naar een Eenheids-bestaan kunnen evolueren in plaats van eindeloze bronnen te verkwisten voor het onvermijdelijke conflict dat voortkomt uit afgescheidenheid. En...

het zou het middelpunt moeten zijn van een nieuw, ultiem genezingsproces!

Dat ultieme genezingsproces wordt beschreven in dit boek. Hier steken we de brug over en kijken we voorbij onze misleidende zintuigen en ons misplaatste geloof in afgescheidenheid. Hier beginnen we ons 'veel-behandelingen-voor-veel-problemen'-denken te vervangen door één natuurlijke remedie voor alles. Hier is waar de *Unseen Therapist* Haar licht laat schijnen. Ze vertegenwoordigt onze Eenheidsdimensie en kijkt verder dan onze foute overtuigingen. Dat is de reden waarom Zij wonderen in genezing kan verrichten die verder gaan dan door de mens gemaakte methoden.

Waarom geloven wij in afgescheiden zijn?

Als onze Eenheidswerkelijkheid zo fantastisch is, waarom zouden wij ons dan beperken tot illusoire lichamen en daardoor ogenschijnlijk pijn, conflict en dood ondergaan? Dit is een theologische vraag die geleerden de komende decennia zullen behandelen. Er worden boeken over geschreven en films over gemaakt. Tot op heden is er op deze vraag geen antwoord te geven die iedereen tevreden zou stellen. En daarom vermijd ik een theologisch debat, zoals ik al eerder aangaf. Dit is niet nodig voor ons om verder te komen in wat we hier bespreken. Het is dus niet belangrijk om energie te steken in de waaromvraag. Dat zal ons alleen maar afleiden van de meer belangrijke, en ook meer haalbare, taak om uit te komen waar we willen. Trouwens, als je eenmaal het hoe onder de knie hebt, dan is het waarom onbelangrijk. Nu is het tijd om dieper te graven in onze NewThink. We staan op het punt om van het FEIT van Eenheid over te schakelen naar de ERVARINGEN van diegenen die er zich bewust van zijn geworden.

NewThink #5: Luisteren naar de vele spirituele bewijzen

Naast de substantiële wetenschappelijke onderbouwing van het concept van Eenheid, is er ook een inspirerende verzameling spirituele ervaringen die decennialang 'bewijs van Eenheid' hebben geleverd. We gaan die ervaringen in dit deel verkennen, zodat je vertrouwen krijgt in je reis over de brug. We beginnen met mijn persoonlijke bezoek aan het Goddelijke.

Mijn bezoek aan het Goddelijke!

Het gebeurde op een oktobermorgen in 1988. Onverwacht - overweldigend - glorieus. Ik had gehoord over mensen die spirituele ervaringen hadden en ik had gelezen over bijna-doodervaringen (BDE's) en andere bezoeken van het Goddelijke, maar had nooit gedacht dat ik zoveel geluk zou hebben dat ik het zelf zou ervaren. Maar ineens was het er - mijn persoonlijke openbaring - een bezoek aan het goddelijke. Het was mijn inleiding tot Eenheid, de helende kracht van spirituele liefde en de *Unseen Therapist*. Het zette me op dit nieuwe pad dat naar het nieuwe denken heeft geleid (NewThink) dat ik hier in dit boek beschrijf.

Het bezoek

Toen ik die ochtend wakker werd, lag ik in bed te peinzen over mijn niet aflatende lijst van dingen die ik moest doen. Ik was geïrriteerd omdat ik meer zinloze dingen op mijn bord had liggen, dan ik ooit aan zou kunnen. Het voelde beklemmend en ik dacht vertwijfeld: "Wie zit op deze flauwekul te wachten?" Ik weet dat dit niet klinkt als een gebeurtenis die je leven verandert. Ik bedoel, het was niet alsof ik aan het verdrinken was of bijna van een hoog gebouw werd gegooid. Maar als ik terugkijk, had dit moment één belangrijk kenmerk dat mijn bezoek aan het goddelijke veroorzaakte. En dat was

ik liet deze wereld los!

Het was geen zelfmoordgedachte of zoiets. Integendeel, het was een diepe erkenning dat er iets onzinnigs aan deze wereld is; iets onechts; iets kunstmatigs. Ik dacht: "Wie zou hier met zijn volle verstand aan mee blijven doen?" Mijn gedachten gingen door. De wereld die we kennen, is gevuld met vluchtige pleziertjes en tegelijkertijd met zorgen, twijfels, oorlogen, pijn, ziekte en uiteindelijk de dood. Niets lijkt ooit echt te voldoen. Welke doelen we ook lijken te bereiken, er komt altijd wel weer iets belangrijkers voorbij – en dan weer iets – en weer iets – tot je het kotsbeu bent. Hoeveel geld je ook verdient, we willen altijd meer. De perfecte zielsverwant is toch niet zo perfect en slaagt er dus niet in ons tevreden te stellen. Het ideale lichaam verouderd en raakt in verval. En ga zo maar door. Dus, terwijl dit soort gedachten door mijn hoofd ging, liet ik deze wereld los en kwam onmiddellijk terecht in een gevoel van onuitsprekelijke grootsheid. Het was een geestelijk iets, niets fysiek. Het was een nieuwe emotionele toestand waarin liefde de enige realiteit was.

Iemand heeft mijn zeepbel doorgeprikt

Het was alsof ik tot dan geleefd had in een denkbeeldige zeepbel, waarbinnen onze onzinnige wereld bestond. En toen mijn gedachten de bovenstaande absurditeiten blootlegden en ik deze wereld losliet, was het alsof iemand mijn zeepbel doorpriekte. Onmiddellijk verdween de wereld en een nieuwe realiteit vulde meteen het vacuüm. Het was een allesomvattende liefde - een spirituele liefde

- een genezende liefde die niet te beschrijven is, waar alles verbonden is met die vrij stromende allesomvattende vreugde. De eenheid die kwantumfysici hebben ontdekt. Als de menselijke liefde een zwembad zou kunnen vullen, dan zou deze liefde een oceaan doen overstromen.

Laat me proberen het te beschrijven

Stel je voor dat je rustig een eindeloze oceaan gevuld met lieve puppy's inloopt. De pups zijn helemaal blij met je aanwezigheid en willen je besnuffelen, je gezicht likken en eindeloos van je houden. Overal vrolijke blafjes, kwispelende staarten en lieve puppy ogen. Ze zien alleen je essentie van liefde en zijn extatisch om daar één mee te worden. Waarom? Omdat die eenwording hun eigen liefde vergroot. Ware liefde - spirituele liefde - kan niet worden ingeperkt. Om te zijn wat het is, moet het worden gedeeld. In een oceaan van puppy's, word je opgenomen in een staat van Eenheid gevuld met voortdurende extase. Je wordt deel van iets veel groter dan je afgescheiden zelf. Alleen liefde telt in deze oceaan, want dat is alles wat er is. Onze angsten, wrok en schuld verdwijnen als sneeuw voor de zon. Deze gelukzalige toestand vervangt al dit soort negatieve gevoelens en geeft volledige bescherming en onvoorwaardelijke acceptatie. Angst en fysieke kwalen worden onmogelijk omdat ze niet kunnen overleven in een oceaan van liefde waar er geen negatieve emoties zijn om ze te veroorzaken. Deze toestand, deze liefde, is waar de *Unseen Therapist* woont aan de andere kant van de brug. Het is deze kracht die we ons willen eigen maken voor genezing en dit is mogelijk zodra we onze negatieve emoties laten gaan. Als we dit kunnen, zijn we vrij. Als we onze negatieve emoties loslaten en oefenen om in deze oceaan van liefde te verblijven, worden we die puppy's. We verenigen ons in liefde - we worden er één mee - en spelen vreugdevol en eeuwig met onze broers en zussen. Niets staat tussen ons in. Wij zijn liefde. Wij zijn een. We zijn thuis.

Het was ons echte huis

Tijdens mijn bezoek aan het goddelijke was ik in de armen van de Schepper. Het was ontzagwekkend en toch was het comfortabel en op de een of andere manier vertrouwd. Het was thuis. Ik bedoel, het was ons echte thuis, waar alle wijsheid en kennis vandaan komt en waar de *Unseen Therapist* aan alle behoeften voldoet. Hier zijn zorgen, twijfels, ziekte, dood en alle kwesties van de wereld onbekend. In dit rijk is ziekte onmogelijk en op deze manier vertegenwoordigt de *Unseen Therapist* het perfecte genezende vermogen van liefde. Dit gaat helemaal voorbij aan de door de mens gemaakte remedies en zo kunnen wij gebruik maken van een enorme helende aanwezigheid die geen grenzen kent. Onze missie is zoveel mogelijk gebruik te kunnen maken van haar gewillige hulp.

Eenheid en andere kenmerken van deze onuitsprekelijke grootsheid

Ik weet niet hoe lang ik helemaal opging in mijn bezoek aan het goddelijke want tijd was verdwenen. In plaats daarvan is er een heerlijk gevoel van nu dat nooit eindigt. Gemeten aan onze aardse tijd, denk ik dat ik maar een paar minuten in deze toestand was. En toch heb ik hele duidelijke herinneringen aan deze ervaring en die werpen een licht op onze reis over de brug. Ik deel ze hieronder:

We bestaan in een staat van Eenheid

Ondanks onze schijnbaar gescheiden lichamen, zijn we allemaal verbonden in één grote verenigde ervaring waarvan we ons op dit moment niet bewust zijn. Dit komt overeen met de Eenheidsbevindingen van de kwantumfysica.

We geloven ten onrechte dat we gescheiden zijn en dat geloof in afgescheidenheid is de oorzaak van elk probleem dat we hebben

Ik bedoel niet alleen onze emotionele en fysieke kwalen. Het is de echte oorzaak van oorlog, trauma, armoede en elk probleem dat je kunt bedenken. Al deze kwesties, inclusief de dood, zijn onmogelijk in een staat van Eenheid. Aangezien de *Unseen Therapist* van deze plek komt, kan Ze ons naar de oplossing van onze problemen leiden. Ik weet dat dit een verstrekkende uitspraak lijkt te zijn. Als je de *Unseen Therapist* gaat ervaren, dan ga je de smaak te pakken krijgen van de grootsheid die buiten ons geloof in afgescheidenheid ligt. Vanaf dat punt, wordt het mogelijk om die smaken uit te breiden tot een nieuwe, elegante, gastronomische maaltijd die een wereld kan voeden die hongerig is naar deze nieuwe betekenis voor het leven.

Spirituele liefde is onze enige ware aard

Het is het enige dat bestaat in onze ware staat van Eenheid. Woede, angst, schuldgevoelens en andere negatieve emoties, hoewel schijnbaar reëel voor ons in de afgescheiden staat, zullen geleidelijk aan verminderen naarmate we de aanpak uit dit boek toepassen en het bewustzijn van onze ware realiteit herwinnen.

Liefde is de ultieme helende bron

Als ik de pure liefdevolle toestand van mijn bezoek aan het Goddelijke opnieuw zou kunnen bereiken en behouden, zou ik een ziekenhuis binnen kunnen lopen en zou alleen al mijn aanwezigheid helende effecten hebben. Tumoren zouden verdwijnen, gewrichten zouden herstellen, longproblemen zouden opklaren en elke kwaal in het ziekenhuis zou in het niets verdwijnen. Jij zou hetzelfde kunnen doen. Ik noem deze vaardigheid '*the Pleasance of Your Presence*' (het genoegen van je aanwezigheid). Het tilt je leven naar een hoger niveau en deze vaardigheid zal groeien naarmate je je communicatie met de *Unseen Therapist* perfectioneert. De verbetering van die communicatie kost tijd en moeite en zal in het begin misschien klein zijn, maar met veel oefenen zijn er geen grenzen aan wat je kunt bereiken.

Duizenden bezoeken van het Goddelijke

Velen hebben bezoek gehad vanuit het Goddelijke met soortgelijke ervaringen. Sommigen lijken op de mijne omdat ze tijdens het leven gebeurden, terwijl anderen op het internet te vinden zijn als bijna-doodervaringen (BDE's). Er zijn er meer dan je kunt tellen. Ik bedoel duizenden en duizenden! Doe maar eens een zoekopdracht op internet naar de term 'bijna-doodervaringen' en je zult het zien. Er zijn er gewoon te veel om te negeren. Tientallen jaren kregen deze BDE's weinig of geen aandacht van de wetenschappelijke gemeenschap. Ze werden beschouwd als 'vaag gedoe' ondanks de uitgebreide rapportages die het tegendeel bewijzen. Neurochirurgen, in het bijzonder, bagatelliseerden het fenomeen. In lekentermen beweerden ze dat zodra de dood nadert, deze ervaringen worden veroorzaakt door het deel van de hersenen dat verantwoordelijk is voor hallucinaties. Dus, zo beweerden de neurochirurgen, deze bezoeken aan het goddelijke waren slechts waanvoorstellingen, niet serieus te nemen. Dat veranderde allemaal in 2012 door de publicatie van het boek 'Proof of

Heaven' (Het bewijs van de hemel) van Eben Alexander, arts. Alexander is een neurochirurg die een hersenziekte heeft opgelopen die delen van zijn hersenen weg at, inclusief dat deel dat verantwoordelijk is voor hallucinaties. Toen hij in coma lag, op weg naar een zekere dood, had hij een bijna-doodervaring die onmogelijk zou moeten zijn aangezien zijn brein niet meer functioneerde. Hij herstelde echter volledig en schreef een boek over zijn ervaringen. Hiermee werd ieder wetenschappelijk bezwaar tegen onze bezoeken aan het Goddelijke opzijgezet. Ik heb zelf veel interviews afgenomen bij mensen die spirituele ervaringen hebben gehad zonder BDE, zoals de mijne. Zie Bijlage 4 voor een korte samenvatting en links naar de interviews.

NewThink #6: De Unseen Therapist is de enige ware genezer

De *Unseen Therapist* wordt overal in dit boek beschreven en in de bijlagen wordt toegelicht wat de effecten zijn van Haar liefdevolle kracht. Dus als het goed is heb je nu een goed idee van Haar mogelijkheden. Zij is natuurlijk de ware therapeut in ons proces. Aardse gezondheidsbeoefenaars, of het nu professionals zijn of zelfhulpstudenten, leren aan haar zijde te werken en worden haar gewaardeerde assistenten. Dit staat in schril contrast met onze huidige overtuigingen dat therapeuten, artsen en andere gezondheidswerkers de ultieme sleutel tot genezing bezitten. Dat hebben ze niet. De nieuwe manier van denken benadrukt dat deze sleutel bij de Unseen Therapist ligt. Ik heb de *Unseen Therapist* aan het werk gezien - zowel voor mezelf als voor anderen - vanaf het moment dat ik voor het eerst aan Haar werd voorgesteld tijdens mijn openbaring in 1988. In het begin dacht mijn ego dat ik alleen maar beter werd in het therapieproces vanwege mijn bevoorrechte bezoek aan het Goddelijke. Ik heb jaren vanuit die overtuiging gewerkt en realiseerde me niet dat 'mijn resultaten', hoe bijzonder ze ook waren voor velen, echt 'Haar resultaten' waren. Het enige wat ik deed was de deur openen voor Haar aanwezigheid. Gelukkig is mijn ego langzamerhand verdwenen en dat heeft me de mogelijkheid gegeven om, in dankbaarheid en verwondering, de vele andere kenmerken van de *Unseen Therapist* waar te nemen. Ik geef die waarnemingen hieronder.

Haar vele andere kenmerken

Geduld

Ze begrijpt onze misplaatste loyaliteit aan het geloof in afgescheidenheid en aanvaardt geduldig ons gestuntel terwijl we gaandeweg ontwaken in onze natuurlijke staat van Eenheid. Je hoeft dus geen haast te maken om resultaten te krijgen en je bent ook niet verplicht om 100% te geloven in het Eenheidsprincipe noch in enig ander spiritueel idee uit dit boek. Iedereen heeft zijn eigen tempo en zijn eigen mate van scepticisme en weerstand. Je hoeft er alleen maar open voor te staan. Ze stemt Haar werk af op de mate waarin jij er klaar voor bent.

Zachtheid

Ze bekritiseert niets en maakt geen ruzie. Ze is ook op geen enkele manier strijdbaar. Ze duwt zachtjes en forceert nooit. Ze stelt je de mogelijkheden ter beschikking en wacht op je acceptatie ervan.

Weerloosheid

Je kunt haar niet aanvallen omdat Ze niets te verdedigen heeft. Voor Haar is liefde de ultieme waarheid. Het is de essentie van Haar (en ons) wezen en dat heeft geen verweer nodig om te zijn wat het is. Sceptici willen dit vaak betwisten, maar dat lukt ze niet omdat Ze zich niet bezighoudt met dit debat.

Oordeelloosheid

Als Ze zou oordelen dan zou dit de vrede die Zij vertegenwoordigt, dwarsbomen. Oordeel vergelijkt en leidt onvermijdelijk tot een verdeling van 'beter' of 'slechter'. Vrede betekent voor Haar het weglaten van oordeel.

Boodschap van de Unseen Therapist voor jou

Ik heb regelmatig de *Unseen Therapist* geraadpleegd tijdens het schrijven van dit boek. Mijn vele vragen hadden betrekking op wat ik moest zeggen en hoe ik het moest zeggen. Daarom is dit boek een gezamenlijke inspanning. Op een gegeven moment vroeg ik Haar om meer rechtstreeks met je te spreken. Hieronder kun je het resultaat lezen. Het is geen letterlijk dictaat maar ik geef mijn woorden aan de inhoud van Haar ideeën die ik hoorde. Het geeft een samenvatting en onderbouwt mijn betoog in dit boek. Het introduceert ook enkele gedachten waarover ik na Haar boodschap zal uitwijden.

Van de Unseen Therapist

Je benadering van genezing werkt niet omdat je op de verkeerde plek zoekt naar een oorzaak. De echte oorzaak voor al je emotionele en fysieke kwalen is in de geest en nergens anders. Dit is eenvoudig, maar voor één uitleg vatbaar en ergens van binnen weet je dat het waar is. Je bent in de verleiding om een eindeloos aantal pillen in te nemen of straling en chirurgie te ondergaan in een poging om de chemische disbalans te corrigeren of om een lichamelijke storing te verhelpen. Dit soort interventies worden overbodig als je de echte oorzaak hebt aangepakt. Het is jouw geest die alles in je leven manifesteert, inclusief je lichaam en al zijn pijnen en genoegens. Ik weet dat het niet zo lijkt, maar je zult de waarheid van wat ik zeg leren kennen. Je geest is het commandocentrum van je lichaam en bepaalt de dingen die je lijkt waar te nemen. Je kunt je lichaam gebruiken om ofwel onze Eenheid dan wel de vergissing van afgescheidenheid waar te nemen. Op dit moment kies je nog voor het laatste. Je wereld ontvouwt zich zoals je geest het dicteert en je geest handelt volgens je overtuigingen. Als je moeite hebt om dat te geloven, dan is dat omdat jij wat ik tegen je zeg, vergelijkt met je bestaande overtuigingen. En die zijn allemaal gebaseerd op een illusie en dwarsbomen je eigen genezing.

Jij en ik delen dezelfde bron. Wij zijn één met alle andere lichamen die deze illusoire planeet lijken te bevolken. Je bent geen lichaam. Je maakt deel uit van een geest die, in de kern, enorm krachtig is. Dientengevolge zijn jouw gedachten in staat tot alles, inclusief de denkbeeldige schepping van een universum gevuld met afzonderlijke dingen en gescheiden lichamen. Deze illusie heb je daadwerkelijk gemaakt en, totdat je over de brug naar Eenheid gaat, word je beperkt door je huidige gedachten hierover. Ik zal je helpen de brug over te steken en doe dit voorzichtig, stap voor stap, en breng je naar een prachtige wereld die zich momenteel buiten je bewustzijn en waarneming bevindt.

Het geloof in afscheiding is de oorzaak van elk probleem dat je ziet. Dit geldt niet alleen voor je gezondheid, maar ook voor jullie politiek, armoede, oorlogen en al het andere. Er is geen afgescheidenheid, alleen een Eenheid die ons allemaal verenigt. Je overtuigingen, inclusief die over genezing, zijn allemaal gebaseerd op de illusie van afscheiding en zijn dus zelf illusies. Dit is de reden waarom ze correctie nodig hebben. Ik ben hier om je het bewijs te laten zien voor wat ik zeg en zal je begeleiden in een helende reis die alles zal overstijgen van wat je momenteel gelooft over genezing.

Een aantal zaken moet je begrijpen:

EERSTE PUNT: Ik houd meer van je dan jij je op dit moment kunt voorstellen. Ik ben liefde en jij ook. Het is onze gezamenlijke liefde die je genezing teweegbrengt. Je hebt je liefde verborgen achter een gesloten deur, maar we zullen die gaandeweg openen.

TWEEDE PUNT: Wij kunnen samen alle gezondheidsproblemen oplossen die je denkt te hebben. Het maakt niet uit welke label je ze geeft. Kanker en migrainehoofdpijn zijn niet anders dan hoogtevrees of gegeneraliseerde angst. Dat komt omdat ze allemaal dezelfde oorzaak hebben: iets wat je niet kunt vergeven. Onvergeeflijkheid kan alleen ontstaan door conflicten die plaatsvinden terwijl je droomt dat je afgescheiden bent van de Eenheid waarin je echt bestaat. Een vis kan een tijdje uit het water leven, maar worstelt om dat te doen. Zodra hij terugkeert naar zijn natuurlijke omgeving, kan hij doorleven. Ik vertegenwoordig je natuurlijke omgeving en zal je leren, door middel van genezing, hoe je je leven kunt oppakken zoals het was bedoeld.

DERDE PUNT: Onvergeeflijkheid neemt vele vormen aan in de afgescheiden wereld. Het is wat werkelijk schuilgaat achter negatieve emoties zoals woede, wrok, schuld, angst en alle andere. Samen lossen we deze onvergeeflijkheden op, maar zullen vaak de labels gebruiken waarmee jij je negatieve emoties kent.

VIERDE PUNT: Je hoeft niets te geloven van wat ik zeg, maar je moet wel oefenen in communiceren met mij. Door deze oefening kunnen we de ware oorzaak goed aanpakken van wat jij denkt dat je problemen zijn. Je vertrouwen zal toenemen naarmate je resultaten gaat zien.

VIJFDE PUNT: In je illusoire staat van afscheiding ben je je meestal niet bewust van de onnodige pijn die je zelf hebt veroorzaakt door je onvergeeflijkheid. Veel van je schadelijke gedachten bevinden zich onder de oppervlakte en worden voor onze doeleinden ten minste gedeeltelijk aan het zicht onttrokken. Je bent sommige van hen vergeten en anderen lijken zo routine dat je ze geen probleem vindt. Sommige zijn te pijnlijk om te onthouden, terwijl anderen aan de oppervlakte en gemakkelijk te zien zijn.

ZESDE PUNT: De problemen die je achterhoudt, kan ik niet oplossen. Jouw overtuigingen en verschillende vormen van 'emotionele bescherming' maken deel uit van je vrije wil en het zou niet liefdevol zijn als ik me zou bemoeien met je keuzes. Ik zal je echter wel helpen om toegang te krijgen tot je problemen en je helpen ze zichtbaar te krijgen. Op deze manier kunnen we meer "op de tafel leggen", zodat ik je kan helpen om ze op te lossen.

ZEVENDE PUNT: Ik kan je zover brengen als waar je klaar voor bent. Je bereidheid zal echter toenemen naarmate we samen meer oefenen.

TOT SLOT: Onze helende reis is een proces. Je hebt zoveel overtuigingen die tegengesteld zijn aan de waarheid dat het onrealistisch zou zijn om te verwachten dat alle problemen onmiddellijk zouden verdwijnen. Ik herhaal dan ook de noodzaak om te oefenen.

Nog een paar gedachten:

Onze communicatie heeft ondersteuning nodig. Je weet nog niet hoe je naar me moet luisteren. Ik zal je helpen dat te verbeteren. Ik luister constant naar je en ken al je wensen. Ik ken ook al je problemen, inclusief die waarvan jij denkt dat je ze hebt en het echte probleem dat daar aan ten grondslag ligt. Je belangrijkste informatiebron zijn andere mensen die ook denken dat ze van elkaar gescheiden zijn. Hierdoor dwaal je af in de verkeerde richting omdat je om advies vraagt over hoe je deze illusie kunt overstijgen aan anderen die helemaal vastzitten in deze illusie.

Ik ken de oorzaak van al je kwalen en bied voortdurend oplossingen aan die gemakkelijk, zachtvaardig en betrouwbaar zijn. Je hoort me echter zelden, omdat je afgeleid bent door al de stemgeluiden die bij de afgescheidenheid horen. Ik vertegenwoordig onze ware Eenheid, het tegenovergestelde van wat je denkt dat je bent, en dit zorgt ervoor dat je weerstand biedt aan mijn leiding. Op een bepaald niveau vertrouw je me niet. Je bent bang dat ik jouw geloof in afscheiding zal ontkrachten en zo de tumultueuze wereld zal ondermijnen waaraan je bent gewend geraakt. En je hebt gelijk. Voor jou lijkt de Eenheid niet vertrouwd en het lijkt erop dat je wordt gevraagd om de wereld die je hebt gemaakt - ondanks de pijn, de ziekte en de dood die ermee gepaard gaan - op te geven voor iets veel grootser maar totaal onbekend. Dit kan ernstige twijfel, onzekerheid en onrust veroorzaken. Ik begrijp het. Dat is de reden waarom het proces een geleidelijk proces is. Het gaat om de brug tussen je huidige wereld van afgescheidenheid en je natuurlijke thuis van Eenheid. Je kunt deze brug oversteken voor zover als je wilt.. En je kunt pauzeren, stoppen of hervatten zoals je wilt. Ik zal je helpen de brug over te steken maar nooit tegen je wensen ingaan. Door onze oefeningen raak je steeds meer gewend aan mijn aanwezigheid. Naarmate je meer tastbare resultaten krijgt voor je problemen, zal je meer bewijzen krijgen hoe waardevol het is wat ik breng. De start kan wat traag zijn, maar als je meer ervaren wordt in het horen van mijn begeleiding, zal je vol vertrouwen voortgaan over de brug.

NewThink #7: We hebben maar één uitdaging

Vermoedelijk kan de *Unseen Therapist* ons in één keer wakker laten worden in onze staat van Eenheid. En dan zouden we al over de brug zijn. Dus waarom is dit niet al gedaan? Wat houdt Haar tegen? Wat is krachtig genoeg om de rem te zetten op deze invloedrijke kracht? Het antwoord is - wij!

Grenzen

Wij delen de staat van Eenheid met de *Unseen Therapist* en daarom hebben we dezelfde macht. We zijn ons echter niet bewust van deze macht en daarom hebben we Haar hulp nodig. Zoals Ze zelf aangeeft in haar bericht hierboven, kan Ze ons alleen helpen voor zover we dat toestaan. Dat is Haar enige limiet en dus onze enige uitdaging. Als we ervoor kiezen iets vast te houden - of te verbergen - of het te vergeten - dan is het niet beschikbaar voor Haar om op te lossen. Om dit concept beter te begrijpen, het volgende: stel je voor dat je aan een tafel zit waar de zaken op liggen die je echt wilt oplossen. Ze zijn volledig in zicht voor de *Unseen Therapist*. Dergelijke 'op de tafel'-problemen zijn toegankelijk om snel en gemakkelijk te worden opgelost omdat je het proces openhartig toestaat. Echter, als andere zaken - of delen daarvan - worden achtergehouden, verborgen of vergeten, liggen ze onder de tafel en zijn ze dus niet toegankelijk. Voorbeelden kunnen zijn: (1) wrok die je wilt houden, (2) schuldgevoel waar je niet naar wilt kijken of (3) angst die je ongerustheid bezorgt als je er aan denkt. Zolang je ze vasthoudt, zullen ze onopgelost blijven en blijven ze als oorzaken onbereikbaar onder de tafel.

Oefening

Gelukkig is er een oplossing voor dit probleem. Hoe meer je ons proces oefent, des te meer zullen deze zaken onder de tafel uit worden weggelokt en er bovenop worden gelegd.

Ze gaat niet in tegen onze vrije wil

Dus, om duidelijk te zijn, de *Unseen Therapist* zal nooit ingaan tegen onze vrije wil om te geloven wat we maar willen. Evenmin zal Ze ons hinderen in onze keuze om vast te houden aan woede, verdriet, schuldgevoelens, angst en andere negatieve emoties (of die te vergeten of te verbergen), waardoor we blijven geloven in afscheiding. Als Ze dit zou doen, zou Haar dat veranderen in een ongewenste 'gedachten-dictator'. Anders gezegd, het lijkt misschien liefdevol - tenminste oppervlakkig gezien - als de *Unseen Therapist* met Haar spirituele toverstokje zou zwaaien om onze onjuiste overtuigingen te verwijderen en onze vastgehouden, vergeten of verborgen kwesties op te lossen. Maar dat zou ons recht schenden om te denken en te geloven wat we willen - en dat zou werkelijk een liefdeloze daad zijn. In plaats daarvan zal, met een klein beetje inspanning van onze kant, de *Unseen Therapist* heel geduldig veel bewijs leveren voor onze natuurlijke staat. Zij weet dat we onze beperkende overtuigingen zullen laten varen als we er klaar voor zijn. Met veel oefening, zullen we steeds meer genezen en helen en daardoor zullen onze twijfels en beperkende overtuigingen geleidelijk overgaan in enthousiasme. Na enthousiasme komt vertrouwen en na vertrouwen komt natuurlijk overtuiging.

We geloven in afscheiding

In de tussentijd worden we 24/7 door onze onjuiste zintuiglijke informatie gebombardeerd met overtuigende bewijzen voor een wereld van afgescheidenheid. Dus we geloven in deze afscheiding. Het is wat we weten. We geloven dat we gekleed in 'vlezige omhulsels' met elkaar moeten concurreren om middelen, liefde en zelfs ons hele bestaan. En het bewustzijn van onze staat van Eenheid gaat volledig verloren door dit alom aanwezige gedoe. De ultieme vrede wordt overstemd, tenzij we hier actief naar op zoek zijn. Het geloof in afgescheidenheid verhindert ons om de wonderen van Eenheid te kunnen ervaren. Het houdt de Eenheid dus op afstand en belemmert de communicatie met de *Unseen Therapist*. Het enige dat nodig is om dichterbij de Eenheid te komen en communicatie gemakkelijker te maken, kan tot één woord herleid worden ...

Vertrouwen!

Laat me daar verder op ingaan. Sinds ik dit gedachtegoed aan duizenden heb onderwezen ben ik me gaan realiseren dat het veel gemakkelijker voor studenten is om over dit onjuiste geloof in afscheiding theoretisch te discussiëren dan om het echt op het diepste niveau te snappen en het echt te internaliseren. Gelukkig wordt dit gemakkelijker - zelfs natuurlijk - als je de brug overgaat en meer ervaring opdoet met de *Unseen Therapist*. Omdat deze nadruk op ons onjuiste geloof in afgescheidenheid moeilijk te bevatten lijkt, heb ik voorheen andere concepten gebruikt die misschien beter te begrijpen zijn. Een daarvan is de metaforische creatie van een 'Wachter bij de Poort'. Zijn weerstand tegen de *Unseen Therapist* wordt verbeeld doordat hij Haar krachten achter een poort houdt zodat er alleen af en toe een beetje van die kracht naar buiten komt. Ik vermeld dit hier omdat je deze wachter bij de poort in eerder werk kunt tegenkomen. Voor dit boek kunnen we echter rechtstreeks wijzen op het gebrek aan vertrouwen als onze belangrijkste hindernis. Anders gezegd, vertrouwen is een essentieel onderdeel van liefde en moet aanwezig zijn, of worden ontwikkeld, om de resultaten te maximaliseren. De *Unseen Therapist*, en alles wat Zij vertegenwoordigt, zal waarschijnlijk nieuw voor je zijn, waardoor je wellicht moeite hebt om de informatie in dit boek voor waar aan te nemen. Dat maakt vertrouwen opnieuw tot een probleem.

Vertrouwen ontwikkelen

Vertrouwen ontwikkelen we met ervaring. We vertrouwen er bijvoorbeeld niet volledig op dat we een honkbal kunnen slaan, kunnen fietsen of andere taken kunnen uitvoeren, totdat we dat doen. We vertrouwen anderen misschien niet volledig totdat ze hun betrouwbaarheid hebben bewezen en we vertrouwen de *Unseen Therapist* niet volledig totdat we persoonlijk bewijs hebben dat Ze echt is. Hoe meer bewijs (genezing) we krijgen, hoe meer vertrouwen we hebben. En hoe meer we dat vertrouwen opbouwen, hoe beter onze communicatie met de *Unseen Therapist* loopt. Dit levert op zijn beurt nog meer bewijs op en dan zitten we in een opwaartse spiraal die wijst naar de Eenheid en de onuitsprekelijke grootsheid die zich nu dus nog buiten ons bewustzijn bevindt. Door ervaring krijgen we vertrouwen en in dit boek krijgen we die ervaring door onze Vrede met Jezelf-procedure uit te voeren. Alles komt neer op dat proces. Dit proces bespreken we hierna.

De Vrede met Jezelf-procedure

Stap voor stap door de Vrede met Jezelf-procedure

Nu zijn we klaar voor de Vrede met Jezelf-procedure, ons zeer effectieve bijbehorende proces om de brug over te steken en de helende liefde van de *Unseen Therapist* in te zetten voor je eigen problemen. Het past perfect bij onze nieuwe manier van denken en ons begrip van de kwantumfysica, Eenheid en de *Unseen Therapist*. Het vereist geen vooropleiding en bestaat uit een eenvoudige procedure in twee stappen die iedereen kan leren. Dit is echter wel een echt *proces* en dus is oefenen essentieel. Je potentieel hier is enorm, maar we verwachten niet dat jij het volledige bereik ervan onmiddellijk gaat ervaren. Je gaat je immers op onbekend terrein begeven en daarom kunnen je resultaten aanvankelijk variëren van fantastisch tot teleurstellend. Ze kunnen zelfs niet-bestaand lijken.

Wat te verwachten

Wat je eruit haalt, is afhankelijk van je mate van je gereedheid, je vertrouwen en je vermogen om te communiceren met de *Unseen Therapist*. Deze criteria, en dus je resultaten, zijn per situatie en per moment anders. Zoals bij alle vaardigheden: oefening baart kunst. Je zult bij het oversteken van de brug soms drie stappen vooruitgaan en dan weer twee stappen achteruit. De aanhouder wint en je zult steeds beter worden. Ik heb gezien dat sommige nieuwkomers extatisch werden omdat 'onmogelijke' angst, depressie, pijn of lichamelijke beperkingen bijna onmiddellijk op magische wijze weggingen, terwijl anderen hun schouders ophalen omdat ze geen enkele verandering waarnamen. De meeste beginners landen ergens tussen deze twee uitersten in. Door veel te oefenen, moet iedereen goede resultaten kunnen behalen. Bij meer complexe problematiek kan het echter nodig zijn onze Optimal EFT leergang te gaan volgen. We moeten ons ook realiseren dat niet alle genezingen onmiddellijk gebeuren of zelfs niet herkenbaar zijn. Dit komt omdat de *Unseen Therapist* veel verder kijkt dan onze beperkte waarneming. Als Ze bijvoorbeeld een onmiddellijke genezing als te bedreigend voor jouw geloofssysteem beschouwt, zal Zij deze vertragen of over langere tijd spreiden. Als jouw kwaal een dieper, verborgen, probleem bedekt waarvoor je nog niet klaar bent om dat bloot te leggen, zal genezing uitblijven totdat je er wel aan toe bent. En ditzelfde geldt voor vele andere redenen die buiten ons huidige begripsvermogen liggen. Het voorgaande niettegenstaande, je leert hier een verbluffende nieuwe vaardigheid waarmee je waarlijk verheven doelen kunt bereiken. Je oefening hierin levert veel meer beloning op dan enig andere menselijke prestatie. Het overtreft veruit elke door de mens gemaakte trofee die er bestaat.

De Vrede met Jezelf-procedure uitgelegd

Ons proces dat ten grondslag ligt aan jouw persoonlijke genezing kan niet eenvoudiger zijn. Dit zijn de stappen:

1. Identificeer een vervelende specifieke gebeurtenis uit je verleden;
2. Wees stil en liefdevol. Nodig de *Unseen Therapist* uit om het op te lossen.

Deze tweestapsmethode is de basisroutine voor al onze sessies met de *Unseen Therapist* en gelukkig kan iedereen dit. Je zult opgemerkt hebben dat fysieke problemen lijken te ontbreken in dit proces.

Dat is consistent met wat we hier tot nu toe besproken hebben, omdat we ons richten op de emotionele problemen die ten grondslag liggen aan al onze kwalen, inclusief de fysieke. De ware oorzaak aanpakken is als een onkruid met wortel en al uittrekken in plaats van alleen schoffelen. Afhankelijk van hoe goed je bij de emotionele wortels kunt komen, zullen fysieke problemen minder worden of zelfs verdwijnen. Voor de beste resultaten heeft elke stap nadere uitleg nodig. Laten we beginnen met wat we eigenlijk bedoelen met stap 1: 'Identificeer een vervelende specifieke gebeurtenis uit je verleden.'

Stap 1. Identificeer een vervelende specifieke gebeurtenis uit je verleden

Je vraagt je misschien af waarom we de term 'specifieke gebeurtenis' in de bovenstaande stap gebruiken in plaats van de term 'probleem'. Ik zal dit belangrijke onderscheid toelichten. In eerste instantie lijkt het voor de hand liggend dat uitspraken als "mijn woedeprobleem" of "mijn rugklachten" voldoende zouden zijn om het probleem te identificeren. Die woorden beschrijven tenslotte je ervaring en de gevoelens die je wilt aanpakken. Echter, die beschrijvingen, en duizenden anderen variërend van pijn en ziekten tot angst en Post Traumatisch Stress Syndroom (PTSS), zijn symptomen die voortkomen uit diepere, emotionele oorzaken. Daarom moeten we het probleem definiëren in termen van de werkelijke emotionele oorzaken. Anders richten we ons op een doel dat veel te algemeen is. Af en toe werkt een globale aanpak wel. Soms kunnen we de Vrede met Jezelf-procedure rechtstreeks richten op lichamelijke symptomen en zal het probleem tot onze verbazing snel verdwijnen. Dit kan gebeuren als van dit probleem niets meer verborgen is, d.w.z. als er genoeg op de tafel ligt zodat de *Unseen Therapist* het kan aanpakken. In de loop der jaren hebben we zulke verbluffende resultaten een naam gegeven. We noemen ze 'one minute wonders'. Houd er echter rekening mee dat veel van deze 'successen' tijdelijk of onvolledig zijn. Dit komt omdat gerelateerde emotionele oorzaken, of delen daarvan, nog 'onder de tafel' liggen en aan het zicht onttrokken zijn. Omdat de oplossing onvolledig is, verschijnen de bijbehorende fysieke symptomen uiteindelijk weer. Desalniettemin, kan je richten op fysieke symptomen het proberen waard zijn en soms start ik een sessie op deze manier. Ik doe dit omdat, als het werkt, zelfs als het alleen maar tijdelijk is, het de klant toch meteen laat zien wat de onmiskenbare kracht van de *Unseen Therapist* is. Zoals gezegd, vereisen lange termijn resultaten meestal dat we ons richten op onderliggende emotionele oorzaken en daarom moeten we ons verdiepen in specifieke informatie. Dat leidt ons naar 'specifieke gebeurtenissen', de moeilijke, vervelende ervaringen in ons verleden die onze negatieve emotionele oorzaken bevatten.

Specifieke gebeurtenissen

Laten we dus een specifieke gebeurtenis definiëren. Het is als een korte, emotioneel geladen, zeer specifiek filmfragment uit je verleden van enkele seconden tot een halve minuut. Het heeft spelers, een begin, een einde en een emotionele piek of crescendo. Als er meer dan één piek is, moet je de film inkorten zodat deze er slechts één bevat.

Onjuist voorbeeld: mijn vader heeft me vaak misbruikt. (Veel te algemeen, weinig specificiteit, geen emotioneel crescendo, geen specifieke gebeurtenis.)

Juist voorbeeld: het moment waarop mijn vader me op mijn achtste verjaardagsfeestje slaat waar mijn vrienden bij zijn en ik me zo boos voel. (Heel specifiek: een actuele gebeurtenis met een emotioneel crescendo).

Om ervoor te zorgen dat je een echte specifieke gebeurtenis omschrijft, is het handig om de zin als volgt te formuleren: "Het moment waarop [wie doet wat] en ik [emotie] voel. " Dit zal je rechtstreeks in de specifieke gebeurtenis zetten, in verbinding met het emotionele crescendo.

Voorbeelden:

"Het moment waarop mijn leraar in de derde klas me vertelt dat ik stom ben en dat ik me schaam."

"Het moment waarop ik spiek bij het wiskunde proefwerk en ik me schuldig voel."

"Het moment waarop ik van het dak val en ik me bang voel."

"Het moment waarop ik door X word lastig gevallen en me verward voel."

"Het moment waarop ik oom John in zijn grafkist zie en me verdrietig voel."

"Het moment waarop ik alleen thuis word gelaten en me eenzaam voel."

Naarmate je meer ervaring opdoet met dit proces, zal je zien dat vrijwel elk emotioneel probleem kan worden teruggebracht tot een of meer specifieke gebeurtenissen uit je verleden. Gelukkig zijn het deze specifieke gebeurtenissen die ons helpen onze problemen voor te bereiden voor de *Unseen Therapist*. Als je het goed doet, zal het gedetailleerde karakter van de gebeurtenis ervoor zorgen dat verborgen zaken naar boven komen en zo wordt er dus meer 'op de tafel gelegd' om op te lossen. Je zult binnenkort beginnen om een lijst met je specifieke gebeurtenissen te maken. Lees dit stuk daarom nogmaals door om goed te snappen wat je moet doen. Nu gaan we naar de tweede stap in de Vrede met Jezelf-procedure. Zodra we een hinderlijke specifieke gebeurtenis hebben geïdentificeerd, moeten we ...

Stap 2. Wees stil en liefdevol. Nodig de Unseen Therapist uit om het op te lossen.

Lees dit stuk meerdere malen en oefen op een of meer specifieke gebeurtenissen. Deze stap is zo belangrijk dat ik het heb opgesplitst in 5 fasen, die elk je aandacht verdienen. Uiteindelijk zullen deze fasen automatisch samengaan in één naadloze routine die je kunt gebruiken voor elke specifieke gebeurtenis. Het proces lijkt in het begin misschien raar en zelfs ongemakkelijk, maar zodra je zelfs maar een beetje resultaat hebt behaald, ben je begonnen aan je oversteek van de brug. Je motivatie bepaalt hoe ver je komt en hoeveel succes je hebt.

Fase 1: Succes verwachten

Dit gaat vanzelf zodra je resultaten hebt behaald. In het begin moeten we echter ons eerder genoemde gebrek aan vertrouwen in de mogelijkheden van de Unseen Therapist eerst oplossen om onze problemen aan te kunnen pakken. Wellicht willen we wel, maar totdat we resultaten ervaren, kan het ons aan volledig vertrouwen ontbreken. Gelukkig heb je als beginner geen onwrikbaar geloof nodig. Gewoon een simpele verwachting van succes zal voldoende zijn. Er is geen routine nodig en je kunt deze verwachting gewoon aanzetten. Als je hier hulp bij nodig hebt, kun je bijvoorbeeld zeggen: "Oké, *Unseen Therapist*, doe je ding" of "Kom maar op" of "Ik heb je hulp nodig" of iets anders dat suggereert dat je op zijn minst open staat voor Haar hulp. Zoals ik in het begin van dit boek al meldde,

is de *Unseen Therapist* eigenlijk jouw 'spirituele innerlijke genezer' en het is deze capaciteit die je probeert aan te spreken. Daarom is het belangrijk om succes te verwachten en blokkerende gedachten zoals: "Dit kan onmogelijk werken" te vermijden.

Fase 2: Stilte bereiken

Stil zijn heeft de meeste oefening nodig vanwege het constante gekakel in je hoofd dat voortdurend je aandacht vraagt. Hoe stiller, hoe beter. Gelukkig hoeft het niet perfect te zijn om als beginner al resultaten te krijgen. In het begin had ik het moeilijk om stil te worden en moest ik in een rustige kamer zijn, weg van de telefoon en storende geluiden. Nu kan ik dit in een rumoerig restaurant doen. Het is gewoon oefenen. Mensen die mediteren kennen dit proces goed. Dus, zit comfortabel in een rustige ruimte en haal een of meerdere keren diep adem. Misschien wilt je van 10 tot 0 achteruit tellen om opdringerige gedachten te elimineren. Verwacht geen perfectie bij je eerste pogingen. Beschouw ze eenvoudigweg als je eerste pogingen om een nieuwe, zeer belangrijke, vaardigheid te leren.

Fase 3: Een liefdevol moment oproepen

Herinner jezelf aan een liefdevol moment, stap erin en dompel jezelf helemaal onder in dit gevoel. Deze focus zet niet alleen de helende kracht van liefde aan, maar kan je ook helpen bij het afzetten van het gekakel in je hoofd. Het liefdevolle moment hoeft niet dramatisch te zijn en een Hollywood-film waardig. Het hoeft alleen iets persoonlijks voor je te zijn. Misschien is het een moment met je gezin of een moment tijdens het geven van borstvoeding aan je kind. Het kan ook een moment zijn met een huisdier of een minnaar of een eenvoudig vriendelijk momentje waarbij je betrokken was. Het kan zelfs een liefdevol moment zijn uit een boek of een tedere aanraking door iemand. Er zijn duizenden mogelijkheden. Als je er geen kunt vinden, verzin er dan een of stel je voor dat je van de natuur geniet. Uit eigen ervaring kan ik je melden dat de *Unseen Therapist* altijd aanwezig is en onmiddellijk herkent wat je doet. Dus de simpele poging om stil te worden en een liefdevol moment in te gaan wordt door Haar als een uitnodiging gezien, zelfs als het niet 'perfect' is. Sommige beginners zijn hier teveel mee bezig omdat ze 'het goed moeten doen'. Doe dat maar niet.

Fase 4: Draai het filmpje en geef het aan de Unseen Therapist om op te lossen

In deze fase schakel je mentaal over naar je specifieke gebeurtenis. Dit vertelt de *Unseen Therapist* wat je wilt oplossen. Draai dit filmfragmentje in je geest en focus je op de emotionele piek. Maar doe het rustig aan. Het is niet nodig om jezelf pijn te doen door er op een dramatische manier doorheen te gaan. Als het focussen op het emotionele crescendo je ongemak bezorgt, ga dan een beetje van de focus af, zodat het draaglijk is. Ze luistert naar je en kan nog steeds helderheid, resolutie en vrede brengen.

Terwijl je deze procedure uitvoert, kan het helpen om de *Unseen Therapist* aan het werk te zien via een of meer metaforen. Ik stel me bijvoorbeeld soms een emotionele kwestie voor als een rode, kloppende bal of als een aanhoudende trilling in mijn lichaam (ik noem dit de 'kriebels'). Dan stel ik de *Unseen Therapist* voor als een zachte waterval of een koel briesje dat de rode bal koelt of de vibratie kalmeert. Je kunt je ook voorstellen dat je de piek met liefde overspoelt of dat je het weg laat zweven de lucht in. Er zijn vele mogelijkheden. Je kunt beginnen met de bovenstaande en vervolgens anderen ontwikkelen die beter passen bij jouw specifieke gebeurtenis(sen). Naarmate het proces vordert, kan je ook beelden of een boodschap ontvangen. Als dat gebeurt, noteer ze dan. Het zijn vaak

verwijzingen naar belangrijke gerelateerde problemen en/of zaken die nog 'onder de tafel' verborgen zijn. Je kunt die vervolgens in een andere sessie met de *Unseen Therapist* oplossen. Ook andere ervaringen zijn mogelijk. Misschien merk je een verzachting van je reactie op de krenkende mensen die in jouw specifieke gebeurtenis zitten. Of zullen fysieke ongemakken verdwijnen - nu of later. Aan de andere kant merk je misschien niets van je eerste pogingen. Dat is ook goed. Onthoud dat je een beginner bent. De situaties van mensen lopen sterk uiteen en er is dus geen eenduidige manier waarop de resultaten voor iedereen zichtbaar gaan worden. De tijd die je mediteert, varieert van persoon tot persoon. Voor beginners varieert deze meestal van twee tot tien minuten. Ik heb veel ervaring en neem veel minder tijd, meestal minder dan een minuut. Blijf er gewoon in tot je voelt dat je een plateau of een einde hebt bereikt. Als je twijfelt, doe het dan maar wat langer. Maar, nogmaals, maak je geen zorgen over 'het goed doen'. Doe gewoon een redelijke poging. Je hebt meer oefening nodig en alles zal uiteindelijk op zijn plaats vallen.

Fase 5: Test je resultaat

Een eenvoudige manier om de effectiviteit van deze poging te testen als je klaar bent met een specifieke gebeurtenis, is om het filmmomentje opnieuw in gedachten te draaien en je te concentreren op de emotionele piek. Is het veranderd? Is het minder intens? Is het er helemaal niet meer? Is de emotie veranderd? Ik bedoel daarmee, als het oorspronkelijk woede was, is het nu verdriet of schuld? Heb je moeite om de specifieke gebeurtenis zelfs nog te vinden? Komt er in plaats daarvan een andere of gerelateerde specifieke gebeurtenis? TIP: als een ander of gerelateerde specifieke gebeurtenis verschijnt, beschouw deze dan als een nieuwe kandidaat voor deze Vrede met Jezelf-procedure. Elk van deze resultaten is een positief teken van succes, omdat je binnen een paar minuten beweging hebt gekregen in je probleem. Als er geen verbetering is of als je resultaat maar gedeeltelijk of tijdelijk is, wanhoop niet. Herhaling van het proces kan nodig zijn. Nogmaals, je bent een beginner in dit proces en je hebt waarschijnlijk meer oefening nodig. Ook al gebruik je specifieke gebeurtenissen, dat betekent nog niet dat je alles vanachter de coulissen hebt gehaald en op tafel hebt gelegd. Er kunnen gerelateerde specifieke gebeurtenissen of verborgen stukjes zijn die nog moeten worden aangepakt. Gelukkig is er een handige oplossing voor dit probleem van gerelateerde specifieke gebeurtenissen en/of verborgen stukken. Meestal heb je veel negatieve specifieke gebeurtenissen in je leven en meestal hebben ze veel dingen gemeen, of je dat nu beseft of niet. Bijvoorbeeld: vergelijkbare situaties, vergelijkbare mensen, vergelijkbare thema's, vergelijkbare emoties EN soortgelijke verborgen stukken. Dus, als je de Vrede met Jezelf-procedure gebruikt op verschillende van je negatieve specifieke gebeurtenissen, zal je de verborgen stukken vanuit verschillende hoeken benaderen. Hierdoor zal er meer tevoorschijn komen en dit zal bijdragen aan een beter resultaat. Met doorzettingsvermogen kan dit op langere termijn spectaculaire resultaten geven. Laten we dat in het volgende hoofdstuk doen.

De Vrede met Jezelf-procedure op specifieke gebeurtenissen

Het belangrijkste proces

We zijn nu aangekomen bij het belangrijkste proces. Hier hebben we ons op voorbereid met de voorgaande hoofdstukken. Simpel gezegd, gaan we de Vrede met Jezelf-procedure toepassen op elke gebeurtenis van de lijst met specifieke gebeurtenissen die jou in het verleden emotionele pijn hebben bezorgd. Dit is de grote schoonmaak van je emotionele huis, waardoor je emotionele belasting en je fysieke kwalen die deze veroorzaakt, verdwijnen. Dit proces is bedoeld om je communicatie met de *Unseen Therapist* verder uit te breiden en vereist oefening en toewijding. Hoe meer je oefent, hoe beter je communicatie. Alleen jij kunt dit aangaan en ontdekken wat mogelijk is en, nogmaals, je uiteindelijke resultaten worden alleen beperkt door je eigen motivatie.

Dit is wat je moet doen:

Ten eerste

Dit proces biedt ook verlichting van lichamelijke symptomen. Onderzoek daarom je lichaam en noteer elk fysiek symptoom dat je hebt. Dit kan zijn pijn, ziektesymptomen en tijdelijke ongemakken. Beoordeel hun huidige intensiteiten op een schaal van 0-10 waarbij 10 de maximale intensiteit is en 0 helemaal geen intensiteit. Noteer de intensiteit naast je beschrijving van het fysieke symptoom. Als je niet helemaal precies kunt zijn, geef dan gewoon een schatting. Dit is belangrijk omdat deze uitgangswaarde je de mogelijkheid biedt om gaandeweg vast te stellen wat er gebeurt. Wat bijvoorbeeld een 8 was, kan een 3 worden of helemaal verdwijnen. Deze resultaten kunnen subtiel (maar krachtig) zijn en blijven wellicht onopgemerkt als je ze niet vergelijkt met de uitgangswaarden.

Ten tweede

Maak een lijst van minstens 30 negatieve specifieke gebeurtenissen. 50 is beter. 100 is nog beter. Zorg ervoor dat elke specifieke gebeurtenis in je lijst voldoet aan de eerder gegeven instructies over specifieke gebeurtenissen op pagina 34. En hoe verder terug in de tijd, hoe beter. Het beperken van elke specifieke gebeurtenis tot één emotionele piek is belangrijk. Als een specifieke gebeurtenis bijvoorbeeld drie pieken heeft, deel deze specifieke gebeurtenis dan op in drie delen. Elk met één piek. Voor onze aanpak geldt dus dat elk afzonderlijk deel een op zichzelf staande specifieke gebeurtenis is. Noteer de intensiteit van elk van de emotionele pieken op een schaal van 0-10 door het bijbehorende filmfragment in gedachte te bekijken en te focussen op de emotionele intensiteit zoals die *NU* aanvoelt. We zijn niet geïnteresseerd in de intensiteit die er was toen de specifieke gebeurtenis plaatsvond. Wat je nu (nog) voelt is wat opgelost moet worden. Als je je gevoelens hebt onderdrukt en de intensiteit nu niet kan voelen, raad dan wat die intensiteit ongeveer zou moeten zijn tussen 0-10. Dat is voldoende voor een latere vergelijking.

Ten derde

Doe de Vrede met Jezelf-procedure op elke specifieke gebeurtenis volgens de instructies hierboven. Verwacht geen perfectie. Ga niet oordelen over jezelf of over hoe het gaat. Je bent aan het oefenen en het duurt even voordat het helemaal goed gaat. Hoewel je zoveel specifieke gebeurtenissen kunt doen als je wilt, en zo vaak als je wilt, wil je misschien eerst een beetje rustig beginnen. Daarom stel ik voor dat je maximaal drie specifieke gebeurtenissen per dag doet en neem vijftien minuten pauze

tussen elke gebeurtenis. Je gaat voor kwaliteit niet kwantiteit. Dus neem de tijd en doe het zorgvuldig. Als je de Vrede met Jezelf-procedure hebt toegepast op een specifieke gebeurtenis, draai dan opnieuw het filmmoment om je intensiteit te testen op de emotionele piek zoals die NU aanvoelt en noteer dit. Mocht je de intensiteit bij aanvang geraden hebben, doet dat dan nogmaals. Als de intensiteit van je piek, of je inschatting ervan, verbeterd, dan is dat geweldig. Zo niet, geen probleem. Noteer de intensiteit, probeer het wellicht opnieuw en ga dan verder met de volgende specifieke gebeurtenis. Indien nodig, kunt je het later opnieuw doen. De intensiteit van deze ene specifieke gebeurtenis kan namelijk ook verdwijnen als je verder gaat met de Vrede met Jezelf-procedure voor andere specifieke gebeurtenissen. Zoals reeds eerder aangegeven, komt dat omdat andere specifieke gebeurtenissen, of delen daarvan, vaak gerelateerd zijn aan degene waaraan je werkt.

Ten vierde

Als je de 30 specifieke gebeurtenissen van je lijst zo hebt behandeld, neem dan je lijst met lichamelijke symptomen erbij en stel vast hoe je deze nu scoort tussen 0-10. Grote kans dat sommigen beginnen te verminderen of weg zijn. Dit is een teken van vooruitgang. Merk ook op dat andere dingen in je dagelijkse activiteiten wellicht veranderd zijn. Voorbeelden: zijn je woede of wrok minder? Kun je nu beter opschieten met die irritante oom Karel of die vervelende collega? Voel je je meer op je gemak in sociale situaties? Minder angstig? Hoe presteer je op het werk, seksueel of met tennis? Zijn je allergieën verbeterd? Al deze en duizenden andere mogelijkheden zijn het resultaat van de vrede die de Unseen Therapist biedt.

Ten vijfde

Ga zo door met de volgende 30 specifieke gebeurtenissen. Blijf dit doen totdat al je specifieke gebeurtenissen zijn aangeboden aan de *Unseen Therapist*. Let op hoeveel prettiger en gemakkelijker dit proces gaandeweg voor je gaat worden. Uiteindelijk creëer je je eigen aanpak om te communiceren met, en te genieten van, deze eindeloze bron van liefde.

Ten slotte

Nadat je jouw lijst met specifieke gebeurtenissen hebt afgewerkt, is het een goed idee om er nogmaals doorheen te gaan. Je was de eerste keer immers een beginner. Nu heb je meer ervaring en dus zou je tweede poging nog meer resultaat kunnen geven. Vul je lijst vooral ook aan met andere specifieke gebeurtenissen die bij je opkwamen toen je met de eerste ronde bezig was.

Nawoord

Ik begon dit boek door te zeggen ... de Unseen Therapist is je 'spirituele innerlijke genezer'.

Ze is altijd aanwezig en als je Haar vaardigheden goed leert te gebruiken, zal je merken dat Ze enorm veel krachtiger is dan medicijnen, operaties en andere door de mens gemaakte pogingen tot genezing. Maar de kans is groot dat je dat al wist, al was dat intuïtief. Ergens in ons is een "weten" dat we veel meer macht hebben dan we gebruiken. Het is alsof onze interne Genie ergens in ons bewustzijn verborgen is en smeekt om vrijgelaten te worden. Dat Genie is natuurlijk de *Unseen Therapist*. Ze maakt deel uit van ons allemaal en wacht met spanning op dat we Haar aanwezigheid bewust worden. Eeuwenlang hebben we geprobeerd via gebed toegang tot Haar te krijgen en hoewel er opmerkelijke successen zijn geboekt, is deze methode niet zo betrouwbaar geweest als we zouden willen. Dit introductieboek geeft meer betrouwbaarheid aan dit (gebeds)proces, zodat je de gaven van je 'spirituele innerlijke genezer' beter kunt ervaren. Op deze manier, heb ik in dit boek jou een beter inzicht willen geven in de *Unseen Therapist* en hoe je met Haar kunt communiceren (bidden). Dit geeft je de mogelijkheid om de essentie van dit idee echt te snappen en je te realiseren dat je niet gescheiden bent van Haar of van iemand anders. Sterker nog, we bestaan samen in een voortreffelijke Eenheid waarin de ultieme kracht van spirituele liefde elke kwestie, waarvan we denken dat we last hebben, oplost. Dit is ook de essentie van de nieuwe manier van denken die onze geest opent voor dit soort bewustzijn.

De waarheid van Eenheid

Decennia lang hebben zowel de kwantumfysica als ook de talloze gedocumenteerde spirituele ervaringen, de waarheid van onze Eenheid aangegeven. Maar omdat we geen praktische methode hadden om deze kracht in te zetten voor genezing, hebben we deze voor de hand liggende oplossing voor onze problemen in wezen genegeerd. Dit boek bevat die praktische methode en nu we deze tot onze beschikking hebben, staat de deur open om de vele wonderen van de *Unseen Therapist* te ontdekken. De vraag nu is, hoe ver ga je door deze deur en in hoeverre maak jij je deze nieuwe mogelijkheden eigen?

Breid je vaardigheden uit met oefenen

Alleen de methode kennen is niet voldoende. Ook een paar resultaten behalen met dit proces is niet genoeg. Integendeel, je moet veel oefenen, zodat je je vaardigheden kunt uitbreiden en kunt genieten van de schoonheid van je 'spirituele innerlijke genezer.' Het antwoord op al je problemen ligt in deze nieuwe vaardigheden.

En tot slot: je leest dit boek niet per ongeluk. Het is een oproep van de *Unseen Therapist* aan diegenen die klaar zijn voor Haar liefdevolle boodschap. Ze vroeg me om het te schrijven en heeft het jou voorgelegd om te lezen. Hoor je de oproep? Deel dit gratis boek alsjeblieft met anderen. Samen kunnen we iets betekenen voor de wereld. We kunnen het inspireren, transformeren en veranderen in een groeiende bal van eindeloze liefde. Welke grotere beloning zou je kunnen nastreven?

Love, Gary

Bijlage 1. De Optimal EFT leergang – de route naar wonderen

Voor professionals en gemotiveerde zelfhulp studenten

Dit boek legt een indrukwekkende methode voor genezing in je handen en voor sommigen is dit alles wat ze nodig hebben. Voor professionals en gemotiveerde zelfhulpstudenten is dit echter slechts een begin.

De route naar wonderen

De volgende stap brengt je op de route naar wonderen. Deze route gaat veel verder dan dit boek, dan medicijnen en alle door de mens gemaakte geneesmethoden. Hoe verder je deze weg bewandelt, hoe minder grenzen je zult ervaren en hoe minder het woord 'onmogelijk' in je vocabulaire zal voorkomen. Dus voor diegenen die geïnteresseerd zijn, wacht een complete route naar wonderen op je. Ga met me mee op deze reis en breid je vaardigheden met de *Unseen Therapist* verder uit en ontwikkel door naar niveaus die veel verder gaan dan je huidige overtuigingen. Deze route naar wonderen vind je in de Optimal EFT leergang {de Nederlandse versie van de Optimal EFT Course zoals Gary die aanbiedt/GR}. Het combineert de *Unseen Therapist* met de essentie van Gold Standard EFT. Deze combinatie is op genezingsgebied uniek en kent geen equivalent. Het biedt veel meer mogelijkheden voor genezing dan een dure conventionele universitaire studie. Ik weet dat dit een gedurfde uitspraak is, maar het is gemakkelijk te verdedigen. Je zult het zien. De Optimal EFT leergang wordt vanaf 2019 ondersteund door supervisie.

We hebben ook een complete EFT-certificatieproces in Official EFT dat zowel Gold Standard EFT als Optimal EFT omvat. Hiermee beland je in de hoogste echelons van de wereldwijde genezers. Alle informatie over de Optimal EFT leergang en certificering in Official EFT door het Nederlandse Gary Craig Official EFT Training Center is te vinden op www.official-eft.nl.

Love to all, Gary

Bijlage 2. Hoe ik mijn receptenboekje aan de wilgen hing en nooit meer terugkeek

Vóórdat Gary met de *Unseen Therapist* kwam, had hij de wereld al zijn originele proces, EFT (Emotional Freedom Techniques) gegeven. Het werd geïntroduceerd in 1995 en is vandaag in handen van miljoenen. Het is een opmerkelijk effectieve combinatie van een speciale vorm van cognitieve therapie en acupressuur die het conventionele therapieproces van weken, maanden of jaren tot een fractie van die tijd heeft teruggebracht.

Ik ontdekte EFT in 2002 en het had meteen mijn interesse. Het was zo anders dan wat ik als dokter had geleerd. Interessant detail is het feit dat Gary een door Stanford opgeleide ingenieur is en geen formele opleiding als therapeut of arts heeft. Dit was voor hem een duidelijk voordeel omdat hij als buitenstaander van de gezondheidszorg door een unieke bril kan kijken. Hierdoor kon hij op een bijzondere manier oorzaak en gevolg onderzoeken zodat er iets anders mogelijk werd. Hierdoor kreeg hij resultaten die door de reguliere gezondheidszorg als onmogelijk worden geacht.

Eigen resultaten

Geïntrigeerd begon ik alle video's van zijn videotheek te bestuderen die destijds beschikbaar waren. En al gauw had ik opmerkelijke resultaten. Ik had bijvoorbeeld in 3 maanden tijd geen last meer van mijn frequente migraine aanvallen waarvoor ik medicijnen gebruikte. Daar kon ik helemaal mee stoppen. En een paar maanden later was ik vrij van de rugpijn die me zo'n 20 jaar lang heeft geplaagd. Dit alles binnen een paar maanden, gewoon door "voordelen te lenen" tijdens het bekijken van Gary's video's en het doen van de Vrede met Jezelf-procedure. Dit wekte natuurlijk echt mijn interesse en daarom ben ik EFT helemaal gaan leren en gaan toepassen. Ik ben dan ook gestopt om als dokter naar ziekte te kijken en ik gebruik alleen nog maar EFT voor mijn patiënten (die nu cliënten worden genoemd). Ik leer ze hun stress te managen en hoe ze negatieve emoties met EFT kunnen aanpakken. Ik leer ze het altijd ook zelf te gebruiken. De resultaten waren veel bevredigender dan het voorschrijven van medicijnen en dat heb ik dan ook nooit meer gedaan. Het was zo'n opluchting voor mij om cliënten te helpen de echte oorzaak van hun problemen te vinden in plaats van alleen hun symptomen te behandelen. Ik voelde altijd dat dat ontoereikend was en voelde me machteloos. Natuurlijk was ik er altijd al van bewust dat negatieve emoties een grote bijdrage leveren aan ziektes. Vele, zo niet alle artsen weten dit. We trekken deze kennis echter niet ver genoeg door. Negatieve emoties zijn niet alleen maar bijdragers; ze zijn de centrale oorzaak van ziekte.

De Unseen Therapist

Ik werk nu al 13 jaar met Gary's Gold Standard EFT en ben heel blij met de resultaten die mijn cliënten bereiken. Ik dacht dat het niet beter kon worden, maar ik had het mis. Ik had me altijd afgevraagd waarom Gary, in de tijd dat EFT werd geïntroduceerd, destijds zei dat "we op de begane grond van een *Healing High-Rise* zijn." Maar nu begrijp ik precies wat hij bedoelde. Gary heeft duidelijk de volgende krachtige stap in genezing ontwikkeld met de *Unseen Therapist* als een natuurlijke remedie voor alles. Hoewel het een nieuwe manier van denken betreft (die hij NewThink noemt), is het niet alleen gebaseerd op gezond verstand, maar wetenschappelijk onderzoek toont ook aan dat Gary de goede richting op kijkt, o.a. naar de kwantumfysica. Gary wordt niet gehinderd door oudere opvattingen die thuishoren in het conventionele, reguliere medisch dogma en gooit de hele aanpak,

zoals een ingenieur betaamt, het raam uit en begint opnieuw te bouwen met de onderdelen die echt werken. Dit is hoe hij voor ons een nieuw, gestroomlijnd, therapeutisch proces heeft gebouwd dat zijn voorgangers ver overtreft. Het pakt de ware oorzaak van ziekte nog beter aan dan zijn eerdere EFT. Hoe meer ik de *Unseen Therapist* leer gebruiken, hoe minder limieten ik zie.

De juiste focus

De *Unseen Therapist* helpt me te focussen op waar genezing nodig is, namelijk de ware oorzaak van elke ziekte die in onszelf te vinden is. Het zit in onze gedachten, onze overtuigingen en onze emoties. Of, zoals Gary het stelt, “True Cause = Negative Emotions” (De ware oorzaak = negatieve emoties). Dit is de essentie van genezing en geldt universeel voor iedereen. Waar mogelijk, moet dit inzicht ingezet worden voordat gegrepen wordt naar conventionele middelen zoals medicijnen, operaties, bestraling en andere ingrepen. De kans is groot dat verlichting kan worden verkregen met weinig of geen invasieve onnatuurlijke maatregelen. Dit is de belangrijkste reden waarom in mijn praktijk nu de *Unseen Therapist* en Haar zachte genezingsmethoden centraal staan tijdens mijn sessies. Ik heb resultaat gekregen met zeer diverse ziekten en problemen zoals paniekaanvallen, migrainehoofdpijn, PTSS, constipatie, blaasdisfunctie, jeugdtrauma, suïcidecrisis, ziekte van Ménière, agorafobie, reumatoïde artritis, psychose, visusproblemen, hooikoorts, gonarthrosis (knie), coxarthrosis (heup), allergieën, eetstoornissen en chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS).

De *Unseen Therapist* verdient een prominente plaats in de gezondheidszorg en dit boek zou verplicht moeten zijn voor zowel patiënten als alle werkers in de gezondheidszorg. *Unseen Therapist* opent de deur naar nieuwe niveaus van gezondheid en welzijn voor iedereen.

Gabriëlle Rutten, arts (niet-praktiserend)

Bijlage 3. Een kijkje in de mogelijkheden

Gary Craig geeft in zijn boek veel voorbeelden van de resultaten die behaald zijn met het inzetten van de *Unseen Therapist*. Wij geven hier een korte samenvatting daarvan. Onderaan deze pagina staat de link naar de originele verhalen op www.emofree.com. Deze verslagen zijn zowel van leken als van werkers in de gezondheidszorg. De lijst bevat o.a. de volgende resultaten:

- Isabel Vagos: dramatische verbetering in lopen na een herseninfarct. Van 2000m lopen aan de arm naar 5000 m lopen zonder hulp.
- Sheri Baker (directeur Engelse Gary Craig Centrum): meldt het volgende over een cliënte van haar: veel minder last heeft van nierstenen en jicht, minder voedselallergieën, veel minder pijn in nek en schouders, ooginfectie verbeterd en ernstige migraine-aanval snel opgeklaard.
- Sheri Baker: meldt over een andere cliënte dat ze na een kiesextractie met heftige napijnen, een sensatie voelde alsof iets haar wang aaide en daarna was alle pijn weg.
- Isabel Reis: meldt dat ze hulp ervaart bij het manipuleren van hoofd en nek bij haar cliënten; een patiënt geen drug-, alcohol- en nicotineverslaving meer heeft en zijn bipolaire stoornis is gestabiliseerd. Ze heeft een oudere cliënte afgeholpen van chronische sinusitis, maagklachten en oorinfecties.
- Claudia Logan: over haar eigen resultaten meldt ze: ineens van hardnekkige longontsteking af, verdachte afwijking op mammogram verandert in een onschuldig litteken zonder tekenen van kwaadaardigheid, schildklierfunctie is genormaliseerd, diepe veneuze trombose lost op en ze meldt diverse resultaten voor ziekenhuispatiënten waar ze werkt.
- Gabriele Rother: ernstige hoofdpijnen verdwijnen helemaal. Ze ervaart dat 'iets' haar schedel manipuleert.
- Taye Bela Cordy: ervaart dat Unseen Therapist door haar heen een vriendin helpt, herstelt snel van kaakoperatie in 4 dagen zonder pijnmedicatie.
- Diane von der Weid: herstelt heel snel van een gezwollen enkel, trauma's uit de kindertijd, oogprobleem, ischias, keelpijn en hoofdpijnen.
- Armelle Moneger: partner herstelt van prostaatproblemen (PSA normaliseert).
- Patricia Huyn Van Phuong: krijgt na enige tijd volledig herstel van ernstige pijnen bij spondylitis ankylopoetica.
- Robert Rother: dramatische verbetering van de nierfunctie.
- Alain von der Weid: ervaart weer 'leven' in zijn linkerborstkas na openhartchirurgie als kind.
- Helen Blom: slaapproblemen van haar 9-jarige dochter snel opgelost.
- Joanna Czajkowska: lost heel snel twee herinneringen met veel boosheid op terwijl ze hardloopt.
- Bianca von Heiroth: geen medicatie meer nodig voor COPD
- Kay Christopher: ruzie en besluit om te scheiden verandert in goede relatie bij een echtpaar waar ze mee werkt.
- Diane Roy: duidelijke verbeteringen bij een kleinzoon met autisme

Klik [hier](http://www.emofree.com) om naar www.emofree.com te gaan voor de originele verhalen in het Engels.

Bijlage 4. De spirituele ervaringen van anderen

Op de website van Gary Craig staan verschillende interviews met mensen die een spirituele ervaring hebben gehad. Alhoewel de ervaringen anders zijn, is het opvallend hoe iedereen eenzelfde overweldigend gevoel van eenheid en liefde meldt tijdens deze bezoeken aan het Goddelijke.

De volgende mensen zijn geïnterviewd:

- Sally Shallenberg
- Agatha Golderloos
- Dianne Kilpatrick
- Jane Buchan
- Hilda Gymz
- Kurt Brendstrup
- Linda Lang
- Susan Thornton
- Emma Johnson
- Judith Jackson
- Aileen Morris
- Jan Evans
- Donna Browning

Klik [hier](http://www.emofree.com) om naar www.emofree.com te gaan voor de originele verhalen in het Engels.