



## Schuldgevoelens-Complexen

We kennen het allemaal wel, als je denkt dat het jouw fout is, dan spreken we over schuldgevoelens. Sommigen hebben daar helemaal nooit last van. Anderen zitten dan weer opgestapeld met een berg schuldgevoelens die hun leven onleefbaar maakt. En dus ook ben je op zo een moment helemaal niet gelukkig. Net of de wereld is tegen jou!



Het hangt, veel af van je persoonlijkheid, dat is waar. Er zijn mensen die nooit schuldgevoelens van iets over houden. Want ze zijn harder. Dat kan één van de redenen zijn dat iemand er geen last van heeft. Niet altijd heeft het te maken met jouw karakter of persoonlijkheid. Het is mogelijk om schuldgevoelens te hebben, als je een sterke persoonlijkheid en karakter hebt. Ja zeker dat kan evengoed.

Hoe kan een sterke persoon daar nu last van hebben? Dat is eigenlijk vrij simpel uit te leggen.

Het heeft te maken met onze hersenen en hoe ze bepaalde dingen die wij als mens opvangen verwerken en begrijpen. Ons menselijk brein kan of is best vergelijkbaar met een computer. Die slaat ook alles op en duw je op een knop of neem je een bepaald bestand, dan staat alles er duidelijk in zoals je het er zelf hebt ingestoken. Soms klaseren onze hersenen zelf de opgevangen informatie, maar het is even goed mogelijk dat je de info verkeerd hebt geïnterpreteerd, en dat heeft erge gevolgen.

Wat onze hersenen betreft, is het niet wij die beslissen hoe iets wordt opgeslagen. Het is door hoe we het op de moment dat het gebeurt ervaren en hoe we ons op dat moment voelden en of we bewust waren van al wat er gebeurde. Dan zal je denken, tja je weet toch altijd wel wat er met je gebeurt of niet soms? Wel neen, er zijn momenten in een mens zijn leven die hij zelf niet onder controle heeft. We noemen er enkele op :

Dronkenschap(zware)-Narcose(tijdens operaties)-Drugs(onder invloed zijn)-Paniek situaties(waarbij je even tilt, slaat)-Ernstige koortsaanvallen(ijlen)-Erge pijnen(ongeval)-Medicijnen(onder invloed van).

Dit zijn er al enkele die u als persoon op vlak van hersenen en opslaan van gegevens in uw hersenen of omgaan met alles wat er rondom u gebeurt wel even kan uitschakelen. Dat u het op zo een moment allemaal niet zo goed meer weet. U vangt alles wel op en u hoort, wel dingen op die momenten, maar u gaat er niet mee om zoals u zou doen als u in een normale situatie zou zitten. Dit kan zelfs gebeuren bij erge aanvallen van migraine(hoofdpijn)

Tijdens een operatie slapen we onder vorm van de narcose die ons wordt toegediend door een specialist. Waarvan we dus diep in slaap worden gebracht. Je kunt dan rustig worden geopereerd zonder iets te merken of te voelen. Wat wel al eens vergeten wordt, is dat je tijdens het inslapen ook nog dingen kan horen en tijdens je aan het wakker worden kun je ook gesprekken opvangen, ook al beseft je dat niet.

Voorbeeld: Een man ligt onder narcose, hij heeft een operatie gehad en moet ergens blijven liggen tot hij wakker, zal worden en hij dan naar zijn kamer wordt gebracht. Hij slaapt nog steeds, maar zijn hersenen vangen al wel geluiden op omdat hij rustig aan het wakker worden is. Hij zelf beseft dat totaal niet. Eens hij wakker is, dan herinnert hij zich helemaal niets meer van alles wat er gezegd is geweest door de dokters tijdens de operatie en ook niets van de gesprekken rondom hem.

Als tijdens de slaap onder narcose,iemand gelijk wie,heeft gezegd:Die kerel hier zal wel nooit een lief vinden,want, kijk eens welke lelijke voeten die heeft, lig daar mee in bed zeg en er wordt gelachen door de omstaanders.

Dan kan dat nadien zonder dat deze man het weet,als oorzaak hebben:

Probleem 1: Dat deze man, denkt dat er met hem iets mis is en dat hij geen enkele vrouw zal kunnen krijgen.

Of probleem 2 : Hij denkt dat hij verschrikkelijke lelijke voeten heeft en durft nooit bloedvoets ergens te lopen, steekt zijn voeten altijd snel weg en bedekt ze steeds met sokken.

Probleem 3: Hij denkt als men lacht dat men altijd met hem aan het lachten is.

Dit kan gans het leven van deze man gaan beïnvloeden.Dokters weten dit ook,en letten daarom altijd uit zichzelf erg goed op, dat er niets fout gezegd wordt,ook al ligt er een patiënt te wachten al onder narcose op de operatietafel.

Je hersenen onthouden op zulke momenten zelfs geuren,koude en warmte gevoel,nat of droog gevoel.Emoties die je gewaar wordt. Dit kan ook als je er aan herinnert, wordt,door een gelijkaardig voorval erg verwarrend overkomen.

Een simpele operatie of onderzoekje kan dus nadien iemand zijn leven gaan beïnvloeden op een heel negatieve manier,maar het kan ook op een positieve manier zijn.Dit hangt af van hoe de omgeving was tijdens de operatie.

Daarom kunnen sommige complexen ,schuldgevoelens en nog tal van andere zaken,soms opgelost worden met terug te gaan herbekijken wat er in je verleden is opgeslagen tijdens een operatie bvb.Je kan terugdenken aan die situatie en nagaan welke invloeden je er nog van weet in gedachten.Zodat je ontdekt hoe de vork nu eigenlijk echt, in elkaar zat.

Eens je de feiten onder ogen hebt gezien. Je dan ook de situatie opnieuw ervaart en even er bij stil staat dat er maar gewoon even een grap werd gemaakt, je van de problemen die je erdoor had, volledig hersteld bent en je er nadien geen last meer van zal hebben in de toekomst en de dag van morgen. Hierbij is wel begeleiding nodig.

Je hersenen hebben dan het opgeslagen gedeelte waar je zelf niet bewust van was dat het er zat. Verduidelijkt en je laten zien dat het allemaal helemaal niet zo erg was. Je voelt je over deze situatie dan ook veel beter. Dit is maar een klein voorbeeld, dus alles wat een mens tijdens het gebeuren nog kan opvangen via zijn hersenen, ook via drugs of andere....

Hier kan iemand dus serieuze complexen aan overhouden, en ook erg ongelukkig de dag, week, of maand doorheen moeten gaan. Door in regressie te gaan, komen deze zaken naar boven en kan je het probleem dat je in het heden hebt, oplossen. Zodat je gelukkiger kan zijn, en zonder twijfels aan je zelf dus kan leven en genieten van het leven.

Het vraagt, echt tijd om in regressie te gaan en een opruiming te doen via je hersenen. Daarom dat we hier de term Regressie gebruiken. En via Sessies werken, om zo op een rustige manier alles uite pluizen. Er kunnen minder erge zaken ook bij zijn. Maar, heel erge situaties ook, die vragen dan om een serieuze tijd om het op te lossen.

Onze hersenen werken eigenlijk enorm knap, want ze registreren nu eens werkelijk alles wat ze opvangen en ze trekken conclusies en reageren erop als een soort verdediging. Wat voor dus positieve resultaten kan zorgen maar ook voor verwarring of verkeerde indrukken die we dan krijgen in, bepaalde situaties, je kunt hierdoor angst hebben voor iets, zonder dat je er een reden voor hebt. Wel die reden zit wel ergens in je hersenen opgeslagen, ergens heel diep, heb je zo een ervaring zitten die je die angst van nu bezorgt.

Denkt u in zo een situatie te zitten, dan kan u ook een sessie af spreken om de situatie te verbeteren. Bij de ene zal het lang duren en bij sommige zijn het dingen die erg snel in orde kunnen worden gebracht. Voor meer info hierover kan u altijd een mailtje zenden.