

Over regressie-sessies in verband met seksueel misbruik

Wanneer je te maken hebt gehad met seksueel misbruik in je jeugd, komt het vaak voor dat iemand dit diep heeft weggestopt of dit echt niet meer weet, door het verschijnsel dat we dissociëren noemen, het wegdrijven bij akelige ervaringen, zodat je er letterlijk niet meer bij bent betrokken.

Na verloop van tijd kunnen van binnenuit herinneringen terugkomen aan deze traumatische ervaringen, waarbij je je dan misschien af gaat vragen in hoeverre het waar is wat je dan ziet en voelt.

Om daar verder mee te komen en meer zicht op de Waarheid in jouw eigen leven te krijgen, zou je een regressie-sessie kunnen doen, onder begeleiding van iemand die het innerlijke weten volgt en waar jij voldoende vertrouwen in hebt.

Het volgen van deze weg vraagt voorzichtigheid, niet alle regressie-sessies geven een betrouwbaar beeld van wat er is gebeurd in het verleden.

In het onderstaande artikel wordt uitgelegd waar je op zou kunnen letten wanneer je van plan bent een regressie-sessie te gaan doen.

Wanneer je op zoek bent naar de Waarheid is een regressie-sessie een betrouwbare manier van werken, mits degene die de vragen heeft en degene die de sessie begeleidt beide hun innerlijke weten zo goed mogelijk proberen te volgen. Het gaat dan vooral over motieven en afstemmen op het innerlijke weten in de diepte van het hart.

Een regressie-sessie heeft weinig kans van slagen wanneer de motieven niet schoon zijn, iemand niet goed verbonden is aan het eigen lichaam of er sprake is van auralifters of dissociëren. In zo'n situatie is er eerst een betere voorbereiding nodig, die misschien langere tijd kan duren, misschien zelfs jaren.

Wanneer er door seksueel misbruik sprake is van dissociëren, is het vaak moeilijk om een betrouwbare regressie-sessie te doen, hoe oneerlijk dit ook is, want juist *dan* is er vaak grote behoefte om meer zicht te krijgen op de Waarheid.

Wanneer de uitgangspunten voor het doen van een regressie-sessie goed zijn, in overeenstemming met het innerlijke weten, dan zal het hogere Zelf hieraan meewerken. Je voelt dan diens aanwezigheid.

De informatie die tijdens zo'n sessie wordt gegeven is afkomstig vanuit het hogere Zelf van degene die vragen heeft, de begeleidende persoon heeft hier geen enkele invloed op.

Wanneer de uitgangspunten goed zijn dan zal degene die de vragen heeft, intuïtief al aanvoelen welke kant de sessie op zal gaan. Met andere woorden de informatie die tijdens zo'n sessie wordt ontvangen, sluit dan aan bij wat de vragensteller eigenlijk al aan voelde komen.

In de kern is een regressie-sessie een wisselwerking tussen de vragensteller en diens hogere Zelf.

Degene die dit begeleidt heeft slechts de rol van procesbegeleider en probeert de communicatie tussen de vragensteller en diens hogere deel zo goed mogelijk te laten verlopen.

Wanneer de procesbegeleider, de regressietherapeut, voldoende is voorbereid op diens rol dan zal die gewoonlijk vóór de sessie al een soort van blauwdruk krijgen van waar het in de sessie naartoe zal gaan, zodat er een check is op de informatie die tijdens de sessie naar voren komt.

Wanneer de procesbegeleider en degene die de vragen heeft, beide, onafhankelijk van elkaar, op dezelfde informatie uitkomen, dan is dit een indicatie dat de sessie goed is verlopen, in overeenstemming met het innerlijke weten.

Wanneer je innerlijk aanvoelt dat dit raadzaam is dan kun je gerust een tweede sessie doen naar dezelfde periode of gebeurtenis.

Je zou er daarbij zelfs voor kunnen kiezen om naar een andere procesbegeleider (regressietherapeut) te gaan, wanneer je innerlijk voelt dat dit heilzaam is, om welke reden dan ook.

Een tweede sessie naar dezelfde periode of naar dezelfde gebeurtenis kan bijdragen aan verdieping in de verwerking en is een uitbreiding in de zoektocht naar de Waarheid. Gewoonlijk zal er dan aanvullende informatie komen.

Op die manier kun je zo vaak teruggaan naar dezelfde periode of gebeurtenis als jij aanvoelt dat nodig is voor het herstelproces.

*Dit artikel is bedoeld voor alle mensen die hun innerlijke weten willen volgen.
Het is kennis die aangeboden wordt aan alle lichtwerkers.*

*Door dit zorgvuldig met jouw hart te onderzoeken,
kom je sterker te staan in het leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.*