**Neuro linguistisch programmeren NLP**

Een van de meest krachtige middelen om de "geestelijke evolutie" van de New Age beweging tot stand te brengen, is het N.L.P. het neurolinguistisch programmeren. Oorspronkelijk was het N.L.P. een combinatie van 2 wetenschappen: De Gestalttherapie en de Linguïstiek, of taalbeheersing. Later is dit uitgebreid met inzichten vanuit de neurologie en de cybernetica. Het N.L.P. belooft verbazingwekkende nieuwe inzichten die het "ouderwetse" denken moeten omvormen in een nieuw paradigma van "vrijheid en zeggenschap over eigen ontplooingsmogelijkheden" van de mens. Het moet een nieuw bewustzijn geven over mens en wereldbeeld.

De N.L.P. begeeft zich in de wereld van communicatie en informatica die door Alvin Toffler als de "3e golf" wordt aangeduid. (Na de agrarische en industrieÎle revolutie.) De communicatietechnieken zijn vaak gebaseerd op Neo-Hindoeistische vooronderstellingen en zijn nu al bijna volkomen geaccepteerd en geintegreerd in de top van de westerse universitaire wereld. Geleidelijk wordt door veel "high-tech" wetenschappers het gedachtengoed van de New agebeweging geintegreerd in alle westerse wetenschappen. Het N.L.P. is al gemeengoed geworden in veel geavanceerde psychotherapeutische methoden en in veel managementtrainingen, in de komende jaren zal in Nederland ook een integratiegolf van N.L.P.-principes plaats vinden in de het onderwijs, pedagogiek en bedrijfsleven.

BETEKENIS VAN HET N.L.P.

Het N.L.P. ontstond in de zeventiger jaren in de U.S.A. toen John Grinder (hoogleraar linguïstiek) en Richard Bandler (Gestalttherapeut) zich afvroegen hoe het mogelijk was dat therapeuten als Milton Erickson, Virginia Satir en Fritz Perls zulke uitzonderlijke resultaten met hun cliënten wisten te bereiken. N.L.P. ontstond op basis van hun onderzoek, naar de werkwijzen van deze mensen, waarin duidelijk werd dat gedrag het resultaat is van onze neurologische processen. Ze bedachten dat we deze processen kunnen ordenen door middel van taal, en zo elementen daaruit kunnen organiseren zodat er een gewenst gedrag ontstaat. We zullen de genoemde therapeuten aan de basis van het N.L.P. kort beschrijven.

Friedrich S. Perls (1893-1970) is de grondlegger van de Gestalttherapie. Deze vindt zijn oorsprong in het psychologisch waarnemingsonderzoek en stelt dat het totaal van een persoon meer is dan de som van zijn gedeelten. Gestalttherapie houdt zich vooral bezig met het hier-en nu en ziet geen heil in analyse van oorzaken van een klacht of een verschijnsel. Bandler en Grinder "modelleerden" Perls, vandaar het begrip "gedeelten" in het N.L.P.

Virginia Satir (1916-1988) wordt wel de moeder van de gezinstherapie genoemd. Ze ontwikkelde o.a. "communicatie-therapie" en de "interactionele" benadering. Ze had een sterk geloof in de mogelijkheid van mensen op eigen kracht te "groeien" door contact. Van haar komt het zg. "afstemmen op predikaten" in het N.L.P. en het inzicht dat het zintuiglijke weergavesysteem een belangrijke rol speelt in onze ervaring.

Milton Erickson (1901-1980) wordt beschouwd als de vader van de moderne hypnotherapie. Veel N.L.P. patronen zijn gebaseerd op zijn werk. Erickson zag het onbewuste niet (zoals Freud) als een poel van ziedende impulsen, maar als een pakhuis vol hulpbronnen van creativiteit en wijsheid. Hypnotherapie was voor hem een manier om mensen te leren deze zg "mogelijkheden" te benutten.

Het N.L.P. is een therapeutisch model waarin het gedachtegoed van bovengenoemde personen verweven is. Neuro staat voor de vooronderstelling dat al ons gedrag een uitvloeisel is van neurologische processen.

De cybernetica die daarin een plaats vindt is een theorie van controle en besturingsmechanismen en hun communicatie- en terugkoppelingssystemen. Deze werden voor het eerst geformuleerd door W.R. Ashley in 1956. In de New Age toepassingen wordt dit begrip aangewend als psycho-cybernetica. het omvat o.m. de terugkoppeling bij het individu op grond van de interactie van de groep, waartoe hij behoort, dus een vorm van groepsdynamica. Verder wordt de theorie gebezigd dat het heelal voorgesteld wordt als een soort gigantische computer, waarbij alle menselijke interacties beschouwd worden als een soort kosmische data-processing. Het heelal is misschien niet helemaal dood..... Het kan wel levend en intelligent zijn, zodat het alles codeert, alles programmeert en alles controleert, wat er maar is en gebeurt. (het Hindoeïstische begrip wereldziel of brein)

Linguïstisch in N.L.P. staat voor het idee dat we onze innerlijke weergaven van de wereld kunnen organiseren om specifieke doelen te bereiken. Men noemt het de studie van de structuur van de subjectieve ervaring. M.i. is N.L.P. echter een manipulatieve benadering om mensen via andere paradigma's (vooronderstellingen) te betoveren tot een ander (antichristelijk) wereld- en Godsbeeld.

HET METAMODEL

Een van de eerste zaken die Bandler en Grinder bij het "modelleren" van de genoemde therapeuten ontdekten was het zg metamodel. Iedere therapeut heeft een impliciet, onuitgesproken model voor het veranderen van de mens/wereldbeelden van zijn cliÎnten, het zg metamodel. Het is een verzameling taalpatronen met bijbehorende vragen, bedoeld om hoogwaardige informatie te krijgen en de ander te "helpen" zijn wereldmodel te veranderen. Ze baseerden dit op de transformationele grammatica, een tak van de taalkunde die zich bezig houdt met de relatie tussen wat we denken en wat we uitspreken. Deze denkprocessen van een wereldmodel worden o.a. in stand gehouden door
a) weglating
b) generalisatie
c) vervorming van onze directe zintuiglijke waarneming.

N.l.p. benadrukt de rol van de zintuigen in onze waarneming en denken. Vaak hebben we in onze denkprocessen een voorkeur voor een zintuiglijk systeem. Men onderscheidt: zien (visuele denkprocessen), horen (auditieve denkprocessen) of voelen (kinesthetische denkprocessen) N.l.P'ers luisteren naar iemands taalgebruik omdat daarin vaak herkenbaar is wat op dat moment het meest bewust gebruikte zintuiglijk-cognitieve systeem is. Voorbeelden zijn als iemand zegt:

* Ik heb het gevoel dat onze relatie vast zit, we moeten er steviger tegenaan, zodat we er meer "grip" op krijgen. (kinetisch).
* Kijk, we zijn hier gewoon het overzicht kwijt. We moeten onze visie helder krijgen. (visueel denkproces)
* Zo te horen ben je het er niet mee eens. (auditief)

Als mensen nu vanuit verschillende voorkeuren zintuiglijk-cognitief reageren, hebben ze vaak moeite elkaar te begrijpen. Iemand die getraind is in N.L.P. gebruikt zintuiglijke voorkeuren, om onder meer met zijn eigen woordkeus aan te sluiten bij het favoriete systeem van de ander. Hij spreekt dan dezelfde taal. Hierdoor wordt op een manipulatieve manier een goede relatie verkregen. (of gesuggereerd?) Niet alleen stemt de N.L.P.-er af op de voorkeur van denken maar ook op zijn lichaamshouding, stemtoon, spreektempo soms zelfs op zijn ademritme om maar met de ander te "harmoniÎren". Dit wordt in N.L.P. termen "rapport" genoemd. Het doel is dat de cliÎnt door dit afstemmen vaak onbewust veel eerder de voorstellen van de raadgever zal accepteren!

STRATEGIEËN

Strategieën zijn patronen in de manier waarop we onze innerlijke beelden, geluiden en gevoelens organiseren en bepaalde doelen bereiken. Mensen hebben b.v. strategieën nodig om beslissingen te nemen. Door de structuur van deze strategieën te achterhalen kan men een psychisch probleem in kaart brengen. Zo kan je bv bij iemand die depressief, is vaak dezelfde strategie herkennen om depressieve gevoelens op te roepen. Een voorbeeld hiervan:

1. Cliënt zag eerst een beeld van verdrietige gezichten van zijn ouders. (visuele herinnering)
2. Vervolgens vormt hij een beeld hoe het allemaal anders had kunnen lopen. (visuele constructie)
3. Daarbij komt een innerlijke stem die iets zei van : Het is allemaal jouw schuld. (auditieve constructie)
4. Daarna voelde hij schuldgevoelens en de spanning die daarbij hoort. (kinetische ervaring)
5. De schuldgevoelens waren weer aanleiding om terug te gaan naar een herinnerd beeld (stap1) en daarmee begint de strategie weer van voren af aan.

Elk volgende beeld had een andere inhoud maar de strategie verliep volgens steeds hetzelfde patroon.
Elke keer als hij beschreef waarom hij zich zo slecht voelde was dit patroon ook vanuit zijn non-verbale reacties af te lezen. In N.L.P. notatie wordt de strategie beschreven als Vr--Vc--Ac---K
De letter V staat voor visual,
A voor auditory, en
K voor kinesthetic,
het subscript r staat voor remembered en
c voor constructed.

In de therapie kan het vervangen van stap 2 (beeld vd gelukkige ouders) door een auditieve herinnering (Stem van de vader die zegt:Iedereen is verantwoordelijk voor zijn eigen leven) leiden tot vermindering van de depressieve gevoelens. Deze strategieën wordt ook wel patterning genoemd (denken in patronen) Men gaat er vanuit dat de waarde van het leren niet ligt in het opslaan van de feiten maar in het trainen van het denken. De New Age ontwikkelt zo een stelsel van alternatieve denkvaardigheden die worden gekenmerkt door ontvankelijkheid, openheid en zelfvertrouwen.

U begrijpt dat de meeste NLP'ers hier niet uitgaan van de bijbelse fundamenten van denken. (Rom 12:1,2 Ef4:23) Die objectief zijn vanuit de gezindheid van de Heilige Geest en gestructureerd zijn in bijbelse verhoudingen tussen geest en ziel-lichaam. Vaak wordt zo ook veel christen door deze hulpverleners (onbewust) op een verkeerd spoor gezet.

ANDERE PROGRAMMEER TECHNIEKEN (PATTERING)

ANKEREN (Anchoring)

Dit is een patroon waarbij de therapeut een signaal laat samenvallen met een ervaring, totdat dat signaal zelfstandig die ervaring oproept. Bijvoorbeeld: Je raakt iemand op een bepaalde manier aan, terwijl hij vrolijk lacht. De volgende keer dat je hem op die manier aanraakt roept de aanraking een gevoel van vrolijkheid bij hem op. Soms is hiervoor een aantal "koppelingen" genoeg, soms is zelfs een eenmalige koppeling voldoende. Ook Bijbels gezien is een goede relatie en therapeutisch klimaat van belang. Voorwaarde lijken hier meer de agapeliefde (2Cor2:8) inspanning (1Thes1:3) en zelfopoffering (Rom5: 8) dan het conditioneren van een onbewuste reflex zoals bij N.L.P.

METAFOOR (metaphor)

Dit is een overdrachtelijke uitdrukkingsvorm. Een boodschap wordt verpakt in een verhaal of anekdote. Het bewuste denken pikt de boodschap niet op, maar het onbewuste zou op het "juiste spoor" gezet worden. Bijvoorbeeld: Je wilt iemand duidelijk maken dat hij meer kan dan hij denkt. Je vertelt een verhaal over een poesje dat schrikt als het ziet hoe groot en sterk zijn eigen spiegelbeeld is.
Natuurlijk gebruikt de Bijbel ook beeldspraak, maar het verschil bij N.L.P. is dat bij laatstgenoemde, doelbewust het kritische vermogen om onderscheid te maken vermeden wordt, om zo via "de rechter hersenhelft" ontvankelijk te worden voor (vaak onbijbelse) boodschappen. In de Schrift moet beeldspraak altijd getoetst worden aan Bijbelse fundamenten en criteria.
Bij N.L.P. worden metaforen gebruikt om de mens meer open en gevoelig te krijgen voor occulte invloeden. De "natuurlijke bescherming" moet doorbroken worden en de cliÎnt leiden van een individu met een ratio naar een groepsmens met een irratio. (Matzken: New Age)

IJKEN VAN NON VERBALE REACTIES (calibration)

Iemands innerlijke toestand aflezen uit non-verbale reacties. Dit doordat je steeds dezelfde non-verbale reacties meermalen gelijktijdig met de innerlijke ervaring hebt waargenomen.

CONGRUENTIE (congruence)

Letterlijk overeenstemming. In N.L.P. termen een toestand waarin je met je hele wezen uitdrukt het eens te zijn met de boodschap. Je drukt (daardoor) in verschillende zintuiglijke kanalen hetzelfde uit. Bijvoorbeeld: Je zegt :"Leuk" Je stem gaat omhoog. Je glimlacht. Je knikt met je hoofd. En je neemt een bijna identieke lichaamshouding aan. Bijbels gezien betekent het verbonden zijn in Christus samen een grotere "congruentie" Het bemind en geaccepteerd worden door God en zo door elkaar geeft een gevoel van geborgenheid. Zijn liefde en aanwezigheid is steeds beslissend in het therapeutische klimaat.

CLUSTERING/MAPPING.

Hier komen de theorieën van het rechter en linkerhersenhelft denken weer ter sprake. (Zie voor een uitgebreide beschrijving en bijbelse analyse: Promise 9ejrg nr 1 Electro-soundfarmaceutica) Hier wordt door het zg. afbouwen van de functies van de linker hersenhelft en het benadrukken van de functies van de rechter hersenhelft, het kritisch vermogen en onderscheid weggepoetst onder het mom van meer creativiteit. Mensen worden geconditioneerd naar het denken in beelden en symbolen, intuÔtie wordt gesteld boven de ratio en "beeld" wordt boven "woord" geplaatst, hetgeen de essentie van Bijbels onderscheid uitholt.

ZES-STAPS REFRAMING

Erickson en Freud behoren tot de categorie mensen die onbewuste processen toeschrijven aan iets binnen de grenzen van het individu. Dit in tegenstelling tot het collectief onbewuste van Jung. Bandler en Grinder geloven ook in een onbewuste dat van binnen uit gedrag beïnvloedt. Veel N.L.P.-ers geloven zelfs dat God en het onbewuste hetzelfde is. Het is de bekende holistische New Age gedachte, dat we allemaal energieën zijn met een verschillend trillingsgetal. God is in de New Age gedachten geen bovennatuurlijk God die boven de schepping staat, maar een kracht in het totale krachtenveld van hemel en aarde, onderworpen aan (natuur)wetten. Men gelooft dat het Christus/Gods principe in ons is. Het moet alleen in het "onbewuste" omhoog gehaald worden, naar het bewuste.Een veel gebruikte techniek om dit te bewerkstelligen is de zg 6-staps reframing.
Het onbewuste is volgens N.L.P. een vergaarbak van creatieve plotselinge ingevingen. Wallace spreekt van "illuminatie-fase" Het onbewuste zou veel denkwerk verrichten zonder daarbij het bewuste in te schakelen. Zodra er een belangrijk resultaat geboekt wordt, dan zou dit krachtig tot het bewustzijn doordringen.

Gebruikt worden veranderingspatronen waarbij je contact legt met het gedeelte wat verantwoordelijk zou zijn voor een bepaald ongewenst gedrag. Vervolgens scheidt je de zg "positieve intentie" van het gedrag en laat je het gedeelte naar nieuwe manieren zoeken om de positieve intentie te realiseren. (met behulp van het creatieve gedeelte .Zie clustering) Het onbewuste is naar gelang de cliënt ook te vervangen door God!! Zo kun je contact zoeken met de God in jezelf, de tweede stap is God vragen om een duidelijk teken, stap 3 is God vragen datgene waar iemand last van heeft duidelijk kenbaar te maken, stap 4 is dan vragen of God niet een minder vervelende manier kan bedenken om hetzelfde te doen.

Op deze wijze ontstaat er volgens vele N.L.P.-ers een "gebed" en stellen ze, wat is een gebed anders dan een vorm van zelfhypnose of meditatie waarin je met het onbewuste communiceert? Natuurlijk is zelfexploratie in een therapie legitiem, niet alleen intern, maar ook extern gericht op Gods Woord als een spiegel van God. (Jac 1: 23-25) Dit zelfonderzoek moet volgens Bijbelse patronen geleid worden door de Heilige Geest. Ik denk dat met de bovengenoemde hypnotische technieken van Erickson eerder een beroep gedaan wordt op de oude vleselijke mens of op de demonische wereld dan op de openbaringen van Christus geleid door de Heilige Geest.

Ericksons pogingen om het zg onbewuste te laten werken en daarna bewust te maken leidt tot zg concentratie-en trance ervaringen. Een aantal van deze "common indicators" of "trance experience" die bij de zg 6-staps reframing terug te vinden zijn, zijn b.v. (Erickson en Rossi 1979)

1. automatisch optredende ideeën en ervaringen
2. onbeweeglijkheid van het lichaam
3. lichamelijk heroriënteren na de trance
4. veranderd stemtoon-ritme-timbre
5. psychosomatische reacties
6. verwachtingsvolle aandacht
7. zintuiglijke vervormingen
8. tijdsvervorming

Door de gestalttherapie van Perls en de inpassing binnen N.L.P. hiervan, gelooft men dat iedereen een meervoudige persoonlijkheid is, door het idee van dissociatie van een persoonlijkheid. Nu kan dat inderdaad wel eens voorkomen bij M.P.S. maar is zeker geen regel. Toch worden in veel verwante therapieën hier op voortgeborduurd. (Transactionele analyse, Voice dialogue en Ego state)

Sommige mensen vertonen met of zonder hypnose gedissocieerd automatisch (ideo-motorisch) gedrag zoals automatisch tekenen of schrijven. Ze ervaren dat hun handen schrijven, terwijl ze het idee hebben, dit niet zelf te doen. Volgens sommige n.l.p-ers is het gebruik van het ouija-bord door spiritisten of het gebruik maken van een pendel geoorloofd om het "onbewuste" te raadplegen!

BIJBELSE KANTTEKENINGEN

Ook een christen hulpverlener kan met een confident in gebed gaan en de Heilige Geest leiding vragen om opheldering op bepaalde punten. De bronnen van de innerlijke stem (vlees, satan of Heilige Geest) moeten echter steeds getoetst worden door Woord en Geest. Iedere vorm van manipulatie hierin ook met "christelijke beelden" (Zie Promise 7ejrg nr 4 Inner healing) is letterlijk uit den boze.

De passiviteit van de hypnose wordt nergens in de Schrift aangemoedigd. In de Bijbel wordt er juist over geschreven dat we onze gedachten en ons hart moeten bewaken in Christus Jezus (Fil 4:7) Hypnose is zoals gezegd niet op God gericht maar antropocentrisch. We moeten de geesten toetsen. (1Joh 4:1) Demonische invloed is weliswaar in veel gevallen niet altijd direct aanwijsbaar, maar er wordt geknoeid aan het vermogen de waarheid te kunnen onderscheiden en er kan zo wel een opening ontstaan naar het demonische. De therapeut moet niet via suggestie en manipulatie ons leiden, maar Christus zelf zal door Zijn smetteloos bloed aan God gebracht ons BEWUSTZIJN reinigen van dode werken, om de levende God te dienen. (Hebr.9: 14)

In plaats van de "leraar van binnen" behoort het geweten van een mens gevormd te worden en mag hij/zij zich oefenen in het onderscheiden van goed en kwaad. Enerzijds door het leren toepassen van Gods Woord (2Tim 3: 16,17) anderzijds door de innerlijke leiding van de Heilige Geest (de Zalving) 1Joh 2: 27 "De Zalving die gij van Hem ontvangen hebt, blijft op u en gij hebt niet van node, dat iemand u lere maar, gelijk Zijn zalving u leert over alle dingen en waarachtig is en geen leugen, blijft in Hem, gelijk zij u geleerd heeft."

Matzken zegt in handboek van New Age: De God van de Bijbel zegt niet alleen NEE tegen de zg nieuwe mens, van menselijke filosofieÎn en ideologieÎn, die vanuit zichzelf meent een oplossing te bieden op het tekortschieten van de mens als individu en sociaal wezen. Maar de Bijbel wijst via kruis en opstanding een weg in Godvrezende wandel tot een godvruchtig leven.

*Ef. 4: 21-24."Gij toch hebt van Hem gehoord en zijt in Hem onderwezen, gelijk dat de waarheid is in Jezus, dat gij wat u vroegere wandel betreft de oude mens aflegt, die ten verderve gaat naar zijn misleidende begeerten, dat gij verjongd wordt door de geest van uw denken en de nieuwe mens aandoet, die naar de wil van God geschapen is in waarachtige gerechtigheid en heiligheid."*

*Gerard Feller.*
juli 1996

**LITERATUUR:**

drs. R.H. Matzken Handboek New Age. Buyten/Schpperheijn 1990
Hollander/Derks/Meijer N.L.P. in Nederland. Servire 1990
P. Liekens Spel tussen bewuste en onderbewuste Ankh Hermes Deventer 1992.
D. Whitmore Psychosynthese en educatie De Horstink A'foort 1983.
R. Bandler Hoe haal je wat in je hoofd? Servire 1987
Bandler/grinder De betovering van de taal---De toorts 1981
Bandler/Grinder Gebruik van taal vlgs Erickson. v Loghum/Slaterus 1979
Bandler/Grinder Reframing, hoe je het ook kunt bekijken. Servire 1988.
Derks. Dieper en dieper in trance, sleutelen aan Pavlovs hypothese. (tijdschrift voor hypnose 1986-2)
Dilts Roots of N.L.P. Cupertino CA Meta Publication 1983
Erickson/Rossi Indirect forms of suggestion Collected papers of M. Erickson on hypnosis New York Irvington 1980
Hollander Als je dat zou kunnen, creatief je doelen bereiken. Meppel Boom 1987
Rossi The psychobiology of Mind Body Healing New York London Norton 1986.
J. Yeager Thinking about thinking with N.L.P. Cupertino CA Metapublications 1986.