Grenzen in de christelijke hulpverlening

door Gerard Feller

Mede door de toenemende integratie van veel alternatieve en mystieke behandeltechnieken in de reguliere gezondheidszorg, is er veel verwarring over wat kan en mag binnen de christelijke hulpverlening. Vaak is er verschil van mening over de vraag of iets occult of ethisch onaanvaardbaar is. Vaak zijn er ook ‘grijze’ gebieden waarvan de ene christen in zijn geweten toestemming heeft een methode of techniek te gebruiken, terwijl de ander daar veel meer moeite mee heeft. Het gaat hier niet in de eerste plaats om de wetenschappelijke criteria, of bewezen effectiviteit, maar in hoeverre een behandelmethode gezien kan worden als een door God gegeven middel wat Hij kan zegenen ten behoeve van onze lichamelijke, psychosociale en geestelijke gezondheid. Hij is uiteindelijk onze Heelmeester (Ex. 15:26), en alles wat we moeten doen om bijbels gezien gezond te worden is afhankelijk van Zijn toestemming en zegen. In dit artikel zal ik enkele van die grenzen aangeven die ik in de afgelopen vijfentwintig jaar van zoeken naar een bijbels holistische hulpverlening gevonden heb, en die voor mij in mijn relatie met God heel belangrijk zijn. Natuurlijk besef ik dat dit slechts een begin is van een mogelijke opsomming van grenzen in Bijbelse hulpverlening.

1) Grenzen in de diagnostiek

De diagnostiek is vaak nog belangrijker dan het verklaringsmodel van een behandelmethode, omdat het ons denken over het mensbeeld en gezondheid raakt. Een belangrijke grens is: heb je in de diagnostiek on-Bijbelse overwegingen ten aanzien van God, mens of wereldbeeld nodig om tot een diagnose te komen? De Bijbel zegt dat vanuit een zilte bron geen zoet water kan opwellen (Jac. 3:11,12). Ons lichaam is immers een tempel van de Levende God, Zijn Geest woont in ons (Joh. 14:23; 1 Kor. 3:16).

1a) Dit geldt bijvoorbeeld voor de meeste vormen van klassieke en moderne acupunctuur. De polsdiagnostiek is het belangrijkste onderzoeksmiddel. Men moet zich sterk verdiepen in wat men intuïtief voelt in de polsslag. Niet de frequentie en cardiogram zijn van belang maar men verdiept zich binnen de on-Bijbelse ‘yin en yang’ -leer in het polsvoelen. Het gaat om geestelijke krachten die gevoeld moeten worden en later via naalden, laser, stroom, stokjes of vingers gemanipuleerd worden in de therapie (zie verder Bijbelse en medische bezwaren tegen acupunctuur).

1b) In de fysiotherapie wordt nog steeds massage gebruikt om zowel psychische, biologische en fysieke reacties teweeg te brengen. Vroeger was massage in handen van de priesters die vanuit religieuze overwegingen contact hadden met hun goden, wat dan overgebracht werd op degene die gemasseerd werd. Meer nog zoals tegenwoordig magnetisme, reiki, touch for health wordt uitgeoefend met een duidelijk spiritueel aangrijpingspunt. Heeft iemand echter een ander verklaringsmodel en masseert men met het doel de doorbloeding van de weefsels te verbeteren met daardoor genezing bevorderende gevolgen, dan is daar niets mis mee.

1c) Gebruik van occulte hulpmiddelen in de diagnostiek. Denk aan astrologische kaarten of berekeningen, horoscopen, somnambulisme, wichelroedes, pendels, trance, drugs, iriscopie, helderziendheid, heldervoelendheid, ‘openbaring’. Paragnosten gebruiken een haarlok, foto, of vingernagel als medium om spiritueel informatie te verkrijgen. Dit alles is in bijbels licht alleen maar te zien als toverij (Openb. 9:21, Hand. 19:19).

2) De persoon van de therapeut(e)

2a) Integratie van acceptabel en occult  
Zoals in de inleiding al is aangegeven heeft er de laatste jaren een grote integratie plaats gevonden van occulte middelen en methodieken binnen de reguliere zorg, zodat je als patiënt nauwelijks meer weet of iemand een ‘kosjere’ therapie uitoefent of niet. Vroeger was dat duidelijk, maar tegenwoordig moet je niet gek opkijken als een psycholoog of maatschappelijk werker zegt: “Je bent wat gespannen, ik zal je wat rustig maken door je met reiki wat rust in te stralen”. Zelfs als je bij iemand een kosjere therapie volgt is het nog van belang te kijken naar de persoon van de behandelaar. Als deze naast de geaccepteerde therapie ook nog andere occulte methoden in zijn hulppakket heeft, dan is de kans groot dat zelfs bij het uitoefenen van de geaccepteerde methode, hij of zij methodieken of instrumenten van de occulte therapieën integreert in de geaccepteerde therapie. Als je de mogelijkheid hebt om voor die kosjere therapie naar een christenhulpverlener te gaan wordt het gevaar van de integratie van goed en occult minder groot. Praktisch gezien kun je in de gele gids opzoeken of iemand met andere occulte therapieën bezig is. Men kan ook informeren naar christelijke hulpverleners bij christelijke instellingen zoals CMF (Christian Medical Fellowship), Lindeboominstituut, E.O.-nazorg, NVVCH, en Promise.

2b) Binding aan de persoon van de therapeut(e)  
Speelt de therapeut(e) een meer dan belangrijke rol in de therapie? Een goede vakkennis en toewijding en professionaliteit van de therapeut zijn belangrijk voor iedere therapie. Ook is het zo dat de ene hulpverlener meer vaardigheden heeft dan de ander. Uiteindelijk hoort echter iedere vorm van hulp, zowel door de therapeut, de methode of de medicijnen, een middel te zijn in Gods handen. Zijn zegen en goedkeuring in welke vorm van hulp dan ook, moet centraal staan. Hulpverleners zijn slechts een middel in Zijn hand. Bij (sommige) occulte genezers zie je dat er bij patiënten een ongezonde binding ontstaat. Men vereert de persoon van de hulpverlener, wil er vaak naar terug en stelt zich meer dan afhankelijk op; men beziet de hulpverlener als een afgod. Dit zal uiteindelijk de zegen van God in de weg staan.

3) Grenzen binnen de lichamelijke hulpverlening

3a) Ontspanningsoefeningen  
Er zijn globaal twee soorten ademhalings- en ontspanningsoefeningen. Eén, die zich vooral bezighoudt met structuren en mechanismen via het bewuste deel van de mens. Dit is bijvoorbeeld ontspanning zoeken via de meeste skelet- en houdingsspieren, die bij langdurige stress in spanning verhoogd zijn. Deze spieren kunnen direct door de wil beïnvloed worden. Men gebruikt de fysiologie als verklaringsmodel. Een voorbeeld is de methode Jacobson. Men leert via het sturen van zenuwprikkels de gespannen spieren aan te spannen en te ontspannen. Dit is controleerbaar door het meten van een EMG (elektromyograaf). Het doel van deze methode is via de wil en het bewuste zenuwstelsel de rustspanning (residuspanning) in spieren te verminderen tot ‘normale’ proporties. Echter er zijn ook methoden van ontspanning die meer via het suggestieve systeem van de mens werken. Zo is er de in Nederland zeer populaire autogene training, een ‘westerse’ vorm van yoga, die het doel heeft het onwillekeurige systeem en zenuwstelsel te beïnvloeden. Zo moet je in deze methode je bloedvaten ontspannen of verwijderen, wat niet direct mogelijk is omdat de ‘gladde’ spiertjes in de bloedvaatwand niet bewust door de wil direct beïnvloed kunnen worden. Men moet zich allerlei zaken voorstellen die niets met de realiteit van de spanning te maken hebben. Het werkt volgens suggestie, autohypnose, met het gevaar dat mensen in de irrealiteit gebracht worden en geen contact meer hebben met de werkelijkheid nu, omdat die zoals we later in dit artikel zullen zien, gevormd wordt door ons vooral bewuste directe contactbewustzijn van ons lichaam.

3b) Adem) oefeningen  
Hetzelfde geldt voor de ademoefeningen. Moet ik me, net zoals bij de yoga- ademoefeningen, voorstellen dat de adem die ik inadem door mijn gehele lichaam circuleert volgens Taoïstische en Hindoeïstische ideeën van hun mensbeeld? Dan treed ik in de irrealiteit omdat ik dit niet kan voelen. De adem- en houdingsoefeningen in de yoga hebben een duidelijk doel, namelijk los te komen van de realiteit van je lichaam om vervolgens met je geest uit je lichaam te vluchten en je te verbinden (yoga = juk) met de kosmische krachten. Daarmee stel je je door middel van deze oefeningen open voor de geestelijke gevallen machten.  
In een christelijke setting zullen ademsoefeningen veel meer gericht zijn op wat je werkelijk kunt voelen als het gaat om ademtechnieken, frequentie of coördinatie van de ademhalingstechnieken. Hierbij volg je weer de fysiologie, die controleerbaar en meetbaar is. Door deze oefeningen bepaal je mensen ook veel meer bij de realiteit van hun functioneren.

3c) Houdingsoefeningen  
Naast de adem- en ontspanningsoefeningen zijn er ook verschillen aan te merken bij houdingsoefeningen. In de yoga heten dit asana’s. Dit zijn spirituele houdingsoefeningen die statisch (isometrisch, d.w.z. heel lang in spanning vastgehouden) waardoor het houdings- en bewegingsapparaat overbelast wordt. Men kan bijvoorbeeld minutenlang (soms uren) in de vorm van een slang zitten en daarbij het kapsel, banden en spieren van het lichaam overbelasten, met een grote kans op artroseklachten. In deze houdingen die onnatuurlijke en niet fysiologisch zijn, identificeren de beoefenaars van deze oefeningen zich met hun goden, waardoor de houdingsoefeningen weer een middel worden tot het contact maken met goden. De oefeningen hebben dus allemaal het doel het lichaam in een ‘kramp’ te brengen waardoor men door middel van meditatie gemakkelijker uit het lichaam kan treden. Bovendien loopt men het gevaar van bloeddrukverhoging door het langdurig ‘persen’. Ook de bekende ‘kopstand’ is in dit verband berucht. Bij een niet fysiologische ademhaling kan door een ‘vagusverschuiving’ (veranderingen in het onbewuste zenuwstelsel) een collaps ontstaan, waardoor iemand flauw valt, in een shock komt en alle controle verliest.

3d) Gevoelsoefeningen.  
Haptonomie, een therapie waarbij mensen weer leren hun gevoelens te (her)kennen en te benoemen, is een zeer nuttige methode, die een goede tegenhanger is voor het alleen maar rationaliseren van een bepaalde problematiek. Zeker als er tekorten in aanleg van het gevoelssysteem of trauma’s aanwezig zijn is het goed met gevoelsoefeningen aan de slag te gaan. Ook hier kun je de door God gegeven scheppingsorde, net als bij bovengenoemde onderwerpen beschreven, weer overtreden. Men noemt dit de "haptische ruimte" betreden. Dit is het invoelen met je omgeving, het voelen op afstand. Veldman, de grondlegger van de haptonomie, introduceert tal van moeilijke begrippen, zoals de koinesthesie en de persensus (per = uitbreiden; sentire = tasten, voelen). De mens kan lichamelijke gevoels- en tastfuncties verlengen met niet - eigen lichaamsobjecten. Hierdoor worden ze in het omgaan als lichaamseigen beleefd. Als je bijvoorbeeld jaren niet geschaatst hebt en je trekt je schaatsen weer aan, dan herinnert het lichaam zich het gevoel van het gaan schaatsen. De haptonoom zegt dat je lichaam voeling heeft met je schaatsen. Dit door je tastzin te verlengen, dwars door de schaats heen. Deze technieken, die veel met bewegingsvoorstelling en coördinatie te maken hebben kunnen echter in de begeleiding overgeaccentueerd worden, waarna men zich gaat ontwikkelen in het praktiseren van paranormale vermogens, zoals het beheersen van materie (heldervoelendheid, telekinese en gedachtekracht!). Zo onderscheidt Veldman ook een transcensus (uitbreiding van haptische ruimte (gevoel) met levenloze voorwerpen, als wel levende wezens!). Natuurlijk beweer ik niet dat iedere gebruikte techniek meteen occult is. Maar de stap van "extreme bewegingsvoorstelling" tot het overschrijden van natuurlijke grenzen in de zin van het ontwikkelen van invoelend vermogen en oefenen van occulte vermogens is hier zeer klein. Deze grens kan niet door niet-wedergeboren therapeuten herkend worden, net zo min als door vleselijke gelovigen, omdat men fijngevoeligheid moet hebben om geestelijk te kunnen onderscheiden.

4) Grenzen van psychische hulpverlening

4a) Gebruik van visualisatie contra verbeelding

Visualisatie is het gebruik maken van mentale concentratie, geleide fantasie en verbeelding om specifieke doelen op fysiek, psychologisch, beroepsmatig, opvoedkundig of spiritueel niveau te verwezenlijken Typische verschijnselen bij visualisatie zijn: 1) Ontspanning, 2) Meditatie (soms met een yoga-achtige gecontroleerde houding en ademhaling), 3) Het beoefenen van wilskracht, 4) Verschillende vormen van zelfhypnose, 5) Vertrouwen en geloof in een gids (of die nu menselijk zijn of van geesten), 6) Vertrouwen in het proces van visualisatie op zich. Visualisatie probeert de geest te programmeren tot het exploreren van innerlijke krachten en leiding. Het wordt vaak gebruikt in combinatie met een veranderde staat van bewustzijn (zoals die bijvoorbeeld kan ontstaan bij meditatie). Vaak worden er psychische bekwaamheden ontwikkeld. en probeert men contact te maken met de geestelijke wereld. Visualisatie wordt veelal beoefend om iets te scheppen uit het niets (een imitatie van God, je bent zelf god, dus je kunt zelf alles tot aanzijn roepen). Dit alles in tegenstelling tot verbeelding wat meer te maken heeft met ons talent voor creativiteit.  
We ervaren allemaal bepaalde manieren van verbeelding en fantasie in ons leven. Verbeelding is een component van visualisatie maar moet ook op zich bestudeerd worden, apart van visualisatie. Met andere woorden, verbeelding of fantasie kunnen onderwerp van een nauwgezet wetenschappelijk en neutraal onderzoek zijn, maar ze kunnen ook gebruikt worden in een breder metafysisch wereldbeeld. Verbeelding of fantasie is daardoor niet noodzakelijkerwijze hetzelfde als visualisatie. Visualisatie eist het beoefenen van wil en geloof in een kader van ontspanning, meditatie en vaak zelfhypnose. In het algemeen kunnen de typen van visualisatiemethodieken ieder op verschillende wijze met elkaar vermengd zijn. De 'onderdelen' van visualisatie bepalen hun 'succes', voor zover ze in een bepaalde context en wereldbeeld gebruikt worden, en daardoor worden de mate van effectiviteit en spirituele implicaties bepaald.

**Christelijke visualisatie?**  
Veel Christenen gebruiken variaties van visualisaties. Hun argument is dat de kerk, door visualisatie af te wijzen, de creatieve verbeelding die legitiem is, 'platwalst'. We stimuleren creatieve verbeelding maar wijzen visualisatie af. Bepaalde mensen zijn door hun persoonlijkheid meer geneigd gebruik te maken van verbeelding dan anderen, bijvoorbeeld artiesten, therapeuten, bepaalde creatieve mensen enzovoort. De boeken van Jonathan Edwards zoals "Faithfull Narrative of the surprising work of God”, of “The distinguishing marks of a world of the spirit of God, a treatise concerning religious affections” of de biografie van Edwards geschreven door Elizabeth Winslow, zijn in dit verband heel informatief. Het is duidelijk dat we de soorten van visualisatie die in dit artikel beschreven zijn, niet aanbevelen. De spirituele gevaren zijn overduidelijk. Dus als de kerk op enige andere wijze soorten van visualisatie wil aanvaarden zal het duidelijk het goddelijk gebruik van visualisatie moeten scheiden van het occulte gebruik. Hoe moet een Christelijke therapeut die 'de innerlijke Jezus' gebruikt als gids, vriend en adviseur zijn cliënt beschermen tegen spiritisme?  
4b (Zelf) hypnose  
Hypnose is een op slaap of trance gelijkende toestand van een verlaagd bewustzijn, en daardoor een veranderde bewustzijnsstructuur, waardoor het kritische vermogen beïnvloed of beheerst wordt door een andere macht.  
Dr. Francine Albach, een Amsterdamse psychologe zegt hierover: Hypnose is de laatste twintig jaar in de psychiatrie weer in zwang is gekomen. Steeds meer therapeuten maken gebruik van hypnotische technieken met de bedoeling mensen van hun psychische klachten af te helpen. Bij deze directieve gedragstherapie is hypnose gaandeweg een steeds grotere rol gaan spelen. Hypnose wordt hierbij gezien als een onderdeel van een behandeling en niet als therapie op zich. Hypnose wordt anno 1999 gebruikt bij de behandeling van zeer veel uiteenlopende problemen, zoals fobieën, boulimie, anorexia, pijn, astma, conversiehysterie en dissociatieve klachten. Ten eerste komen mensen tijdens hypnose in een bewustzijnstoestand, waarin het kritische denkvermogen op non-actief wordt gesteld. Van waakzaamheid is dan geen sprake meer. Een persoon, die in hypnose is, maakt gebruik van 'trancelogica' (zie Van Dyck, 1991, p. 100). In deze bewustzijnstoestand hebben mensen een tolerantie voor logische incongruentie (iemand was er bijv. vast van overtuigd, dat ze zou kunnen vliegen, als ze een geheim verraden had. Ze wist wel dat mensen niet kunnen vliegen, maar een hypnotiseur had haar geleerd dat 'verraders' wel zouden kunnen vliegen en zij was op dat moment een verrader). Men wordt aangespoord om de eigen fantasie als een betrouwbaarder houvast te gaan beleven dan God en Zijn Woord (Lees 2 Kor. 10:3-6, Fil. 4:4-8, 2 Kor. 4:4, 2 Kor. 11:3).

4c) Geleide fantasie  
Fantasiereizen: een onschuldig klinkende naam voor allerminst onschuldige hypnosetechnieken. Een vluchtige blik op de hypnoseliteratuur toont al aan dat ‘fantasiereizen’ een wetenschappelijk erkende inleiding tot hypnose zijn. Ze worden door hypnotherapeuten gebruikt wanneer zij hun patiënten in een toestand van trance willen brengen. Daarbij moeten de patiënten zich ontspannen en zich voorstellen op een andere plaats (weide, strand, berg) te zijn dan waar zij zich momenteel met hun lichaam bevinden.  
Maar fantasiereizen zijn nog veel meer: het zijn technieken van astrale projectie, d.w.z. zij zijn aanleiding tot reizen van de ziel buiten het lichaam (uittredingen) en zelfs tot astrale reizen. Er wordt mee beoogd dat men zijn eigen lichaam verlaat om naar een andere wereld of tijd te vliegen en te reizen. Dr. R. Franzke, orthopedagoog uit Hannover zegt:  
Wie kennisneemt van de betreffende literatuur van de esoterica (de naar binnen gerichte werkelijkheid), zal het zonder enige twijfel moeten beamen: ‘Fantasiereizen’ zijn in werkelijkheid astrale reizen, d.w.z. reizen die buiten het lichaam plaatsvinden. Dit blijkt ook uit de toepasselijke formuleringen van de auteurs. Wanneer het gaat om de ‘terugreis’, dient men ‘hierheen’, ‘in deze ruimte’, ‘in de groep’ terug te komen, en tegenwoordig schroomt men niet te spreken van ‘in je lichaam terugkeren’. Dat kan immers alleen wanneer je het eerst hebt verlaten! Wij noemen enkele voorbeelden van formuleringen die hierbij worden gebruikt:  
• “En nu keer je weer in deze werkelijkheid en in je eigen lichaam terug”.  
• “Kom weer in dit lokaal en je eigen lichaam terug”.  
• “Kom terug in je lichaam en let op de verandering”.  
• “Keer dan langzaam weer in je lichaam terug, dat je als jouw eigen lichaam beschouwt… Je lichaam wordt lichter, je begint te zweven… En dan, heel langzaam, keer je weer tot de normale lichaamsgrootte terug”.  
• “Dan leerde ik om mijn lichaam te beheersen en kon ik snel en langzaam vliegen…”.  
• “En je geest kan vrij zweven. Je zweeft deze kamer uit en komt in een andere plaats”.

Dat het hier beslist niet om onschuldige ‘fantasiereizen’ gaat, blijkt ook uit de talloze formuleringen die men hanteert (“Je hoeft niet bang te zijn”), evenals uit de zorgvuldige procedure om ‘terug te keren’. Uitdrukkelijk wordt ervoor gewaarschuwd geen fouten te maken en altijd weer langs dezelfde weg terug te keren. Ook de waarschuwing tegen ‘bijwerkingen’ toont aan dat hier nog van alles mis kan gaan. Fantasiereizen zijn uitermate gevaarlijk en de zogenaamde droomreizen kunnen ware nachtmerries zijn. Dat blijkt uit de literatuur over dit onderwerp.  
Het op onachtzame wijze betreden van de spirituele wereld kan tragisch aflopen. Daar zijn slechte elementen, die in plaats van ons te helpen, ons schade toebrengen. Mij zijn gevallen bekend van mensen die als gevolg van onvoorzichtige contacten niet in staat waren om in onze wereld terug te keren, arbeidsongeschikt werden en/of zich onder psychiatrische behandeling moesten stellen … ” Zij ontmoeten daar monsters, slangen, spinnen en dergelijke wezens”.  
Iets dergelijks schrijft de magiedeskundige Ulrich: “Astrale wandelingen (kunnen) voor de onwetende zeer gevaarlijk zijn. Alle elementen van laag allooi, zoals demonen, geesten, zwarte magiërs zijn er alleen maar in geïnteresseerd om de zielenkrachten van de nietsvermoedende reiziger af te tappen en die voor hun eigen doelen te misbruiken”.  
Brennan wijst erop dat “de esoterische literatuur vol waarschuwingen staat dat reizen-buiten-het-lichaam de gezondheid in ernstige mate kunnen aantasten, tot aan hartaanvallen en beroerten toe. In ieder geval is het uiterst onaangenaam”. Zelf had hij “het gevoel alsof hij waanzinnig zou worden en moest sterven”. Een collega van hem schrijft dat “het een van de meest onaangename en beangstigende ervaringen is geweest die hij ooit heeft gehad”.

Over de ernstige gevaren van de fantasiereizen en verwijzingen naar de psychiatrie hebben mij ook jarenlange beoefenaars van Transcendente Meditatie bericht. De sjamanen- en heksenliteratuur toont aan dat reizen-buiten-het-lichaam bijna altijd horrortrips en ontmoetingen met agressieve en boosaardige horrorwezens zijn die iemand krankzinnig en geestesziek kunnen maken, de seksuele driften (van de kinderen!) kunnen stimuleren en vergroten, tot doodsvisioenen en zelfs tot de dood kunnen leiden, wanneer het lichaam levenloos achterblijft en de ziel niet meer in het lichaam kan terugkeren.  
“Als riskant gelden vooral cassettes en cd’s, die de esoterische vakhandel over elk denkbaar thema aanbiedt. Wanneer men zulke tapes zonder begeleiding gebruikt … bestaat het gevaar dat men uit de geïnduceerde droom- of waanwereld niet (!!!) of slechts ten dele de weg tot de werkelijkheid terug kan vinden”.

4d) Dynamische meditatietechnieken, zoals Silva Mind Control

Jose Silva, geboren op 11 augustus 1914 te Laredo, Texas, was eigenaar van een reparatiewerkplaats van radio -en televisietoestellen. Daarnaast was hij geïnteresseerd in de opkomende psychologie. Als autodidact bestudeerde hij het werk van Freud, Jung en Adler. Uit zijn werk met elektronica was hij bekend met het feit dat de ideale stroomkring die met de minste weerstand of impedantie is, omdat deze het grootste gebruik maakt van zijn elektrische energie. Zou het brein van de mens ook effectiever werken als de weerstand ervan verlaagd zou zijn, vroeg hij zich af. Het menselijke brein produceert elektrische golven die door een encefalogram (EEG) gemeten kunnen worden. Het ritme van deze energie wordt gemeten in trillingen (cyclussen) per seconde (C.P.S.). Hersengolven van 7-14 cps worden alfagolven genoemd. Vanaf 14 en meer cps worden ze bètagolven genoemd, 4-7 cps zijn theta-golven en nog minder zijn de zogenaamde deltagolven. De zogenaamde meditatie-oefeningen zijn rechtstreeks overgenomen uit de yoga en transcendente meditatie. Zoals: "Sluit uw ogen en kijk achter uw oogleden een beetje naar boven onder een hoek van twintig graden". Alleen bij deze stand zou het brein volgens Silva alfa golven produceren. "Tel langzaam met tussenpozen van ongeveer twee seconden van honderd terug naar één." Dan hebt u het alfa niveau al bereikt.  
Vooraf dient men het gehele lichaam te ontspannen. In navolging van de T.M. kunt u zich ook op het geluid van OM - AUMM concentreren, of op het gedreun van trommels, of door naar believen een sonoor Gregoriaans gezang te luisteren.  
Naarmate u dit steeds vaker doet, wordt het steeds gemakkelijker om de alfa toestand op te roepen. In S.M.C. termen: men komt gemakkelijker op "niveau". In deze toestand moet u leren visualiseren, dat wil zeggen, gedachten aanschouwelijk voorstellen. "Stel een projectiescherm op ongeveer 2 meter voor u. In het begin moet u zich eenvoudige dingen voorstellen, een sinaasappel of een appel. Concentreert u volledig op dit beeld in alle drie dimensies, de kleuren, details, geur enzovoort. U mag niet gespannen of geïrriteerd raken, dit zal u immers gelijk uit de alfa toestand brengen. Silva raadt in zijn boek "Alfatraining" een manier aan om sneller tot een bepaald "niveau" te komen. Naast vaak te oefenen om de hersenen in alfatoestand te brengen, raadt hij aan dit proces te conditioneren met een lichamelijke reflex (in N.L.P. -termen: ankeren of anchoring). Silva noemt het "verinnerlijken". "Breng uw duim en de eerste vingers van beide handen samen, en ga dan naar alfa niveau. Door deze bewustzijnstoestand steeds te conditioneren met een lichamelijke reflex ontstaat er een soort afvuur-mechanisme. Silva geeft vier voorwaarden aan om scheppend te kunnen verbeelden.  
1. Je moet wensen dat de gebeurtenis plaats vindt.  
2. Je moet sterk geloven dat de gebeurtenis kan plaatsvinden.  
3. Je moet sterk verwachten dat de gebeurtenis plaatsvindt. Dit is volgens Silva een subtiele wet. De eerste twee zijn eenvoudig en passief, de derde introduceert iets dynamisch. Het is mogelijk te wensen dat er iets gaat gebeuren, te geloven dat het kan gebeuren en toch niet te verwachten dat het gebeurt. Je wilt graag dat je chef morgen in een goed humeur is, je weet dat het kan, maar je bent er nog niet aan toe het ook te verwachten. Dat is dan ook de reden dat in de alfa toestand ook nog de visualisatietechnieken nodig zijn.  
4. Volgens Silva kun je zo geen problemen scheppen. Je kunt volgens hem niet je chef iets doms laten doen, zodat hij ontslagen wordt, zodat je zelf zijn baan krijgt. Silva stelt: Als je "dynamisch" in alfa toestand werkt, ben je in kontact met het "hoger intellect". En als je in alfa niveau bent kun je geen kwaad doen.  
S.M.C. is te zien als een bewustzijnsverandering, die past in het New Age denken. Het wordt gepresenteerd als "een nieuwe weg", een regenboog, die de mens met het "hogere" verbindt en daarin doet opgaan. Het bewustzijn moet eerst op zichzelf gericht worden en moet dan opgaan in een hogere vorm van bewustzijn: "het hogere intellect". Hiervoor zijn tal van benamingen.  
In het Hindoeïsme: "Het ik, het Atman, moet opgaan in het Brahman, het al". In de transpersonale psychologie (o.a. A. Maslow) zegt men dat men verder moet gaan dan zelfverwerkelijking (humanistische psychologie) en de grenzen moet overschrijden van "ruimte" en "zelf" door grenservaringen. Hierdoor zouden we komen in een ander bewustzijn en waarnemingsbereik. In de N.L.P. (zie Promise juli 1996) moeten we via het onderbewuste door middel van hypnose en aanverwante technieken gaan naar het collectief onderbewuste, zoals Jung dat geformuleerd heeft.

Deze bewustzijnsverandering of transformatie vereist een aantal kenmerkende fasen:  
1. Instappen, initiëren: een openheid om alle "oude begrippen" en voorstellingen aan het wankelen te brengen.  
2. Verkennen of exploreren: uitvoering geven aan het voornemen om van oude schema's af te zien en los te laten.  
3. Verinnerlijken of integratie: zich losmaken van buiten en zich open te stellen voor de "leraar van binnen" (stille tijd, contemplatie).  
4. Verwezenlijken of samenzweren: een volslagen wijziging van denkwijzen (paradigma's), waarmee het nieuwe bewustzijn bevestigd wordt en via een "missionaire visie" zo veel mogelijk wordt uitgedragen.  
Rob Matzken wijst er in zijn New Age Handboek op dat dit een bijbelse initiatie is. De Bijbel leert dat wie in Christus is, een nieuwe schepping is, het oude is voorbijgegaan en het nieuwe is gekomen. In Rom. 12:1-2 lezen we over deze Bijbelse "transformatie", die net als het New Age denken viervoudig is:  
1. Metanoia = anders denken, onberouwelijke inkeer tot heil (2 Kor. 7:10).  
2. Epistrophe = ommekeer, verandering in richting, overstappen van de "brede" naar de "smalle weg" (Hand. 3:19).  
3. Wedergeboorte door het Levende Woord van God. We zijn kinderen van God (1 Joh. 3:1).  
4. Volheid van de Heilige Geest, waardoor we kunnen wandelen waardig onze roeping (Ef. 4:1-4) en de grote opdracht: discipelen maken uit de volken. (Matt. 28:19).  
Om God te dienen hoeven wij echter niet eerst te transcenderen naar een hogere werkelijkheid. We dienen Hem in deze wereld, het is Zijn wereld. De Bijbel keert zich af tegen het zoeken van de mens buiten God en Zijn geopenbaarde Woord in Christus. Dat is de grote waarschuwing uit Deut. 28 tot en met 30 (Deut. 29:17-18; 30:17-18). In het Nieuwe Testament betekent geestelijk leven: het leven van Christus in ons, het leven door de Heilige Geest van God. De meditatie, die de Bijbel kent, schakelt nimmer de menselijke geest uit door deze "op nul te zetten", integendeel. De Bijbel brengt de ziel tot rust voor God (zie Psalm 42 en 43) om van Hem te leren en door God Zelf, vanuit Zijn Woord, onderwezen te worden (zie Psalm 19 en 119).  
Het denken van God gaat wel boven het denken van mensen uit (Jes. 55:9-11). Toch vernietigt dit het menselijke denken niet, maar brengt ons ijdele denken tot het doel, waarvoor wij geschapen zijn (Rom. 12:1-8). Het beste antwoord op al het verlangen één te worden met de "wereldziel" of ieder streven naar een hogere kosmische realiteit, vinden we in Col. 1:15-17: "Christus is het beeld van de onzichtbare God, de eerstgeborene der ganse schepping, want in Hem zijn alle dingen geschapen, die in de hemelen, en die op de aarde zijn, de zichtbare en de onzichtbare, hetzij tronen, hetzij heerschappijen, hetzij overheden, hetzij machten. Alle dingen zijn door Hem en tot Hem geschapen, en Hij is voor alles en alle dingen hebben hun bestaan in Hem".  
In tegenstelling tot de weg der S.M.C. naar een hoger of kosmisch bewustzijn, kent de Bijbel twee wegen: een weg der zondaars en goddelozen en de weg der rechtvaardigen (Ps. 1, Jes. 35). De mens wordt niet opgeroepen zijn eigen weg te zoeken. Die weg is niet een abstract iets, dat ieder maar experimenteel moet vinden, maar een Persoon. Jezus is de Weg, de Waarheid en het Leven, die ons door Zijn bloed verzoent met de Almachtige God, uit genade!  
4e) N.L.P.

Het neuro-linguïstisch programmeren (NLP) (zie o.a. ‘Tovenaars van de 20ste eeuw’, pag. 266 t/m 277, en ‘New Age, esoterie en evangelie’, pag. 54 t/m 72) wordt gezien als een gereedschap om aan het onbewuste van de mens te werken en mensen een andere perceptie te geven. Op zich is het uiteraard niet verkeerd om een perceptie kritisch onder de loep te nemen, en een verkeerd beeld te veranderen. Het probleem bij NLP is dat men werkt aan het onbewuste. Niet alleen is de taalbeheersing een belangrijk onderwerp, maar je kunt daarmee ook bepaalde typen mensen onderscheiden. Via trance probeert men door 'tijdlijn-analyse' buiten het lichaam te treden en de verkeerde dingen uit het verleden aan te passen of weg te halen, of de geschiedenis weer over te doen (change personal history). Men tracht zelfs onder trance de negatieve eigenschappen van de ouders te repareren (reparenting) of de toekomst buiten het lichaam te veranderen, eventueel zelfs in een volgend leven (change personal future).  
Dit doet onwillekeurig denken aan wat men met de computer doet door programma-elementen te ‘deleten’ en andere elementen ervoor in de plaats te zetten. De mens wordt dan als een soort computer beschouwd. En dan komt men al snel in de virtuele, imaginaire, denkbeeldige, wereld. De mens zou zichzelf willen modelleren, bijv. volgens de eigenschappen van Einstein. Men zou de geest van Einstein kunnen aanroepen, maar dan kom je terecht op het demonische gebied van channeling en spiritisme. De volgende stap is dat de mens zich steeds meer lijkt te ontwikkelen als een wezen dat controle (autonomie) krijgt over zijn omgeving. De wereld lijkt steeds kleiner te worden, en de mens lijkt goddelijke eigenschappen als scheppingskracht, alomtegenwoordigheid te winnen, en beperktheden van zijn lichaam en bestaan te verliezen. Men gaat denken: ”Ik ben god”.  
4f) Samenvatting.  
De realiteit wordt in het bewustzijn vooral ervaren door lichamelijke sensorische input van onze zintuigen. Men heeft contact met de werkelijkheid van nu. Verliest een mens contact met die werkelijkheid door lichamelijke technieken zoals beschreven in paragraaf 3 of de psychotechnieken in paragraaf 4 dan is de kans groot dat door het betreden van de irrealiteit er geweld aangedaan wordt in de scheppingsorde van de verbondenheid van lichaam, ziel en geest, waardoor men grenzen overschrijdt die God gegeven heeft, wat bijbels gezien als toverij aangegeven wordt. In die positie is de mens een gemakkelijke prooi voor de boze.  
De mens wordt overspoeld met een materialistisch, reductionistisch, symbiotisch en evolutionistisch wereldbeeld, waarin men zich steeds verder (af) ontwikkelt van het besef dat we in Gods wereld leven, en verantwoordelijkheid ten opzichte van Hem hebben af te leggen, hoe we met onszelf, de ander en Zijn schepping zijn omgegaan. Men heeft niet door, dat men steeds verder van de ware God afdwaalt. Er ontstaat een identiteitscrisis, want het onderscheid tussen het ik en de rest van de wereld, tussen werkelijkheid en irrealiteit, tussen ruimte en grenzen van de tijd, vervaagt of verdwijnt steeds meer. Die crisis wordt nog versterkt als men gaat denken, dat men uit meerdere persoonlijkheden (vele identiteiten) bestaat.  
Mensen hebben geen gezonde bijbelse visie en evenwichtige balans tussen de aardse en geestelijke realiteit. Veel mensen leven in een schijnwereld waarin ze gevlucht zijn met alle psychiatrische problemen van dien zoals: angsten, fobieën, depressies, (dwang)neuroses, schizofrenie of m.p.s. (meerpersoonlijkheidsstoornis. (hier wordt niet DIS bedoeld). Alle schijnbare en maakbare realiteit zal hen verder in een gecontroleerde antichristelijke wereldgeest doen vluchten of verder splijten in hun menselijke persoonlijkheid.

5) Grenzen van geestelijke hulpverlening

5a) Gaven van de Heilige Geest contra gaven van de boze  
Gaven van God moeten voldoen aan de volgende criteria:  
1. Alleen bij wedergeboren mensen (die deel aan de goddelijke natuur hebben), die de Heilige Geest ontvangen hebben, én een tweede restrictie: die op dat moment in staat zijn door de Heilige Geest gebruikt te worden (geen vleselijk leven, geen bewuste zonden etc.)(1 Kor. 12:7, Rom. 12;6).  
2. Tot opbouw van de gemeente en verheerlijking van Jezus Christus. Dus niet voor commerciële doeleinden, beroepsgenezers of tot eer van zichzelf (Rom. 12:3-6, 1 of. 12:7 en 20).  
3. De wonderen en de gaven kunnen niet altijd geclaimd worden door de mens, zoals bij occultisten, die zelf beschikken wanneer ze een gave gebruiken, bijv. op een spreekuur. 1 Kor. 12:11 zegt dat de mens niet daarover kan beschikken, maar de Heilige Geest gelijk Hij wil. De Heilige Geest beschikt over het tijdstip.  
4. Gaven van God zijn in tegenstelling tot gaven van de satan niet vermoeibaar voor een mens. Een occultist moet zich altijd "opladen" met occulte dingen, zoals een magnetiseur die yoga of spiritisme of drugs gebruikt als oplaadmiddel. Na de pinkstertoespraak van Petrus kwamen 3000 mensen tot bekering (Hand. 2:41).  
5. Wonderen, bijv. gaven van genezing, gebeuren altijd volledig en volkomen. God kent geen half werk. Bovendien zien we dat het accent ligt op geestelijke heling en wedergeboorte, en niet altijd op lichamelijke genezing.  
6. Occulte "gaven" (paranormaal) zijn in vele gevallen overerfelijk en overdraagbaar, bijv. van vader op zoon of via voorgeslachten. Ook dit is niet Bijbels, gezien punt 1 + 3.

5b) Kwetsbaarheid van de mens  
1. Tenslotte dient ook opgemerkt te worden dat wedergeboren gelovigen occult belast kunnen zijn en occulte gaven kunnen hebben. De Heilige Geest verbindt zich aan onze geest (Rom. 8:15-16). De boze geest bindt zich aan ons vlees en onze ziel (Gal. 3:1, 2 Tim. 2:26, 1 Tim. 5:15, Ef. 4:27, 1 Petr. 5:8, 1 Joh. 4:1-6, 1 Kor. 10:20, 2 Kor. 11:3-4)(een andere geest ontvangt).  
2. Satans belofte aan Eva, dat zij als God kon worden, zou niet meer dan een holle frase zijn geweest als ze al over goddelijke krachten beschikte. Voor en na de zondeval van de mensheid is de mens beperkt in de mogelijkheden van zijn natuur. Toverij is proberen die geschapen grenzen te willen doorbreken (terwijl dit niet kan). Het gevolg van deze zondige wils intentie is dat men een speelbal wordt van demonische machten. Deze willen dat de vrucht van de zonde, de totale verstoring van de scheppingsnatuur van de mens, nog meer in de mens werkt.  
3. Het is een bekend gegeven dat toverkrachten meer "vrij" komen als de mens nog meer scheiding maakt tussen lichaam, ziel en geest (bijv. door te vluchten uit het lichaam, uittredingen, zelfkastijding, ascese, zie eerder in dit artikel). En dat is precies in tegenstelling met het scheppingsdoel, namelijk eenheid en harmonie in relatie met God. De geestelijke ozonlaag wordt weggenomen zodat we kwetsbaar voor de geestelijke wereld worden .De mens wordt zo een medium voor de invloed van de boze en laat zo de geweldige mogelijkheden, die God op geestelijk terrein geboden heeft in Christus, liggen. Door geloof, uit genade (Ef. 2:8 - behouden zijn is een gave van God door het geloof, niet uit onszelf, net zoals alle gaven, anders is het geen gave) kan de mens nu deel krijgen aan de goddelijke natuur (2 Petr. 1:4) en zo door de Heilige Geest deel hebben aan de geestesgaven.  
4. Daarbij dient opgemerkt te worden dat de Heilige Geest van een totaal andere rangorde en natuur is dan alle andere geesten. Dit omdat andere geesten(engelen) bijbels gezien scheppingen zijn, begrenst door de natuur van hun schepping door de Heilige Geest. De Heilige Geest wordt niet begrensd zoals bij schepselen, omdat de Heilige Geest een goddelijke natuur heeft, die onbegrensd is. We zien bijv. ook dat vele wonderen door Mozes gedaan, niet door de tovenaars van Egypte nagedaan kunnen worden. bijv. de derde plaag (Ex. 8:18). De mens nu heeft door het evangelie van Christus de mogelijkheid niet te zondigen (Rom. 8:13) en wedergeboren te worden en onlosmakelijk verbonden te worden met de Heilige Geest in onze geest (Rom. 8:15-16)  
5. De Bijbel waarschuwt ervoor dat in het laatst der tijden bedrieglijke wonderen en tekenen de komst van de antichrist vergezellen. Deze wil de mensen de indruk geven God te zijn, maar krijgt daardoor steeds meer grip op de zielen van de mensen. In Openb. 18:23 wordt de toekomstige wereld getypeerd als het oude Babylon, waarvan gezegd wordt dat God het zal vernietigen: -want uw kooplieden waren de machthebbers der aarde, want door uw toverij werden alle volkeren verleid. Of zoals in het Oude Testament gezegd wordt over het oude Babel, wat een beeld is van het toekomstige wereldrijk Babel in  
Jes. 47:9-11: "Ondanks uw vele toverijen en zeer krachtige bezweringen overvalt u een verderf, dat gij niet vermoogt te verzoenen".  
5c) Passiviteit contra activiteit

Passiviteit door een dominante persoonlijkheid (bijvoorbeeld in prediking), een meeslepende, manipulerende toespraak, subtiele suggesties die een (groeps) trance inleiden, of een veranderd bewustzijn. Subtiele manipulaties tijdens het bidden. Aanmoedigen om verstand buiten spel te laten. Meer psychische kracht uitoefenen in plaats van geestelijke kracht. Verkeerde meditatietechnieken waarin Christus niet het middelpunt en aandachtspunt is, maar jezelf of de krachten in jezelf. Gebed, waarin iemand die voor je bidt (of jezelf) je via hypnose en geleide fantasie een beeld schept wat niets met de wil of aanwezigheid van God te maken heeft. Gebed wat het verleden vervalst, of de waarheid vervormt. Manipulatie van de wil van een gelovige, enzovoort, enzovoort…

Passiviteit infecteert de hele mens naar geest ziel en lichaam, vooral als het diep geworteld is en lang bestaat. Veel gelovigen worden misleid omdat ze geloven dat passiviteit een opdracht van God is, God echter verwacht intelligente actie (Rom. 12:1,2). De geestelijke gevallen wereld, de demonen willen van de mens een willoze machine maken, een gereedschap of een robot. De God van heiligheid en liefde wil van de mens een vrij, intelligent en denkende vernieuwde schepping naar het beeld van de Schepper maken. Passiviteit is steeds een invalspoort van boze geesten. De waarheid is dat een mens altijd verantwoordelijk is voor zijn acties, ook voor passiviteit. Overgave aan Christus is goed, maar daarbij wordt ons in de Bijbel steeds op het hart gedrukt te toetsen en te onderscheiden met behulp van Gods Geest en de Bijbel wat wel of niet van God is. Passiviteit van het lichaam is vaak een inleiding, de gelovige is zich vaak onbewust dat hij leeft, of hij is zich hyperbewust van externe dingen. Als de passieve gesteldheid groot is, is er een reële kans dat boze geesten meer invloed op het lichaam krijgen. Het manifesteert zich vaak met prikkelende handen, een verlies aan elasticiteit en in nog ernstiger gevallen door verlies en coördinatie, een slaapgeest en een gebogen houding. Sommige gelovigen verwarren deze sensaties zelfs met de werken van de Heilige Geest.  
Passiviteit die leidt tot een gemakkelijker openstellen van de gevallen geestelijke wereld (J. Penn Lewis). Passiviteit van je geest is vaak gebaseerd op een verkeerde bijbelinterpretatie. Enkele voorbeelden zijn:  
a) Christus leeft in mij, daarom leef ik nu niet meer (verkeerde interpretatie Gal. 2:20).  
b) Christus leeft in mij, daarom heb ik mijn persoonlijkheid verloren, want Christus is mijn persoonlijkheid (verkeerde interpretatie Gal. 2:20).  
c) God werkt in mij, daarom hoef ik niet te werken, alleen me overgeven en gehoorzamen (verkeerde interpretatie Fil. 2:13).  
d) Gods wil in plaats van de mijne, daarom moet mijn wil totaal niet gebruiken (verkeerde interpretatie Fil. 2:13).  
e) God is de enige die kan oordelen, daarom moet ik zelf mijn oordeel niet gebruiken (verkeerde interpretatie 1 Kor. 4:4-5)  
f) Ik heb de gedachten van Christus, daarom moet ik geen enkele gedachte van mezelf hebben (verkeerde interpretatie 1 Kor. 2:16).  
g) God spreekt tot me, daarom moet ik niet denken, maar alleen gehoorzamen, wat Hij mij zegt te doen (verkeerde interpretatie Spr. 3:5-6 en Joh. 16:13).  
h) Ik wacht op God en ik moet niet handelen voordat Hij me ertoe aanzet (verkeerde interpretatie Ps. 25:5, Fil. 2:13).  
i) God openbaart zijn wil bij mij door visioenen, daarom hoef ik geen besluiten te nemen en mijn denken en geweten te gebruiken (verkeerde interpretatie Hand. 2:17).  
j) Ik ben gekruisigd met Christus, daarom ben ik dood en moet ik ‘dood’ oefenen door passiviteit van lichaam en ziel (verkeerde interpretatie Gal. 2:20).

Gerard Feller, maart 2005