



## Psychosofia Post 21

Dag lieve mensen,

Deze Psychosofia Post behandelt het thema: "Intimidatie"

Als het lezen van onderstaande teksten bij u ervaringen oproept die u wilt delen, wordt u uitgenodigd om deze per e-mail aan ons toe te sturen. Met uw toestemming worden die in de volgende publicatie opgenomen.

### Kracht



Het betekent mens,  
dat in u de kracht zo groot zal worden  
dat zij uzelve zult vergeven,  
al datgene wat als herinnering  
in uw onderbewustzijn aanwezig is  
en u van leven tot leven vervolgt,  
en u van leven tot leven dwangmatig  
in een bepaalde kringloop heeft gebracht.

Het betekent ook o mens,  
dat jij vanuit deze vergeving in uzelf,  
zult komen tot vergeving  
van uw broeder en uw zuster.

Dat in u zal zijn de kracht  
om vanuit de diepste eerbied  
voor uw eigen goddelijk zijn,  
ook deze diepste eerbied  
op te kunnen brengen  
voor datgene wat jij zult herkennen  
in die ander  
van Mijn goddelijke aanwezigheid.

Tekst op pagina 11 uit pdf-bestand: [Meester Jezus Teksten](#)

*Klik op de link: [Meester Jezus Teksten](#) om deze tekst te downloaden en te lezen.*

### Meditatie en visualisatie

*Klik of tik op onderstaande link om te luisteren naar een:*

["Meditatie en visualisatie"](#)

### Reactie op Psychosofia Post 20

Heeeeel veel dank voor het sturen van deze mails.

Prachtig dat jullie de teksten van Zohra zo beschikbaar maken voor iedereen.

In liefde,

Jose

Over eenzaamheid.

Deze uitleg van Zohra is nu precies wat ik nodig heb om mijzelf in de context van mijn leven weer te begrijpen en te accepteren.

Het was als het uitpakken van een cadeautje.

Antoine

En, nog iets. Mijn samenwerking met 'de hemel' werd intenser, meer dichtbij.

Dankjewel voor jullie reactie

### Inleiding op het thema intimidatie

Er is mij gezegd vanuit de geestelijke begeleiding hoe goed het zou zijn,

wanneer wij steeds meer en duidelijker inzicht zouden kunnen krijgen in het hoe en waarom van het thema intimidatie.

Waarom gebeurt het? Hoe gebeurt het?

En uiteindelijk, wat kunnen we er dan mee?

Hoe kunnen wij het zodanig hanteren, dat wij daar een verandering in kunnen aanbrengen, een transformatie aan kunnen geven?

### intimidatie als energietrilling van de ziel

De intimidatie begint al in het zielenaspect van degene die gaat in-carneren. Het begint daar niet alleen, het is daar al.

Vanuit levens her, de continuïteit van leven, is alles wat er gebeurt in het leven als een energietrilling opgeslagen.

De ziel gaat incarneren, zoekt zich ook biologisch juist datgene uit wat daar precies op resonance en erbij past, en komt dan in een wereld waar hij of zij juist met deze aspecten in zichzelf in aanraking komt, opdat de mogelijkheid van transformatie dan sterk zal kunnen zijn.

Dat kan positief uitvallen, maar vaker lijkt het negatief te zijn, waardoor wij eraan kunnen leren.

### Intimidaties toelaten om tot transformatie te kunnen komen

De intimidaties kunnen op alle mogelijke gebieden plaatsvinden, op het fysieke gebied, het emotionele en het mentale gebied. Wanneer intimidatie plaatsvindt - intimidatie is natuurlijk altijd macht - vanuit een machtstrilling die de ander, en vooral een opgroeiend wezen, berooft van zijn eigen levenskracht en levensenergieën, dan zal de schade zeer groot zijn in het verdere leven van deze persoon.

### Seksuele intimidatie

#### Seksuele energie als levenskracht

--- Zohra, wat gebeurt er als er vanaf het begin dat een kind geboren wordt dusdanig sprake is van ernstige intimidatie, dat die energie zich niet kan ontwikkelen. En het gevolg daarop is, wat heeft op een gegeven moment iemand dan voor mogelijkheid om die kracht te ontwikkelen, om die waardigheid in zichzelf te ontwikkelen?

Z: De seksuele energieën zijn de levensenergieën van een mens.

Daar wordt niet direct mee bedoeld seksualiteit, met elkaar naar bed gaan. Maar het is gewoon de seksuele energie die in de mens de levenskracht geeft, dat is een ontzettend belangrijke energie.

Wanneer bij deze energie al op jonge leeftijd een machtsovername plaatsvindt, vooral fysiek en vaak ook seksueel, dan heeft dat op de jeugdige mens een erg destructieve uitwerking en invloed. Dat zei ik in het begin al, vooral wanneer de machtsovername seksueel en dus fysiek gericht is, zo dat daardoor in de mens twee kanten ontwikkeld kunnen worden.

De kant die seksueel misbruik tot gevolg kan hebben en de andere kant van zich helemaal terugtrekken en frigide worden en er niets meer van willen weten en helemaal onderdrukt zijn daardoor.

Dat zijn die twee kanten.

En nu vraag je geloof ik hoe ik dat denk op te lossen?

--- Is het wel mogelijk om dan nog een volledig mens te worden in dit leven, omdat de beschadigingen zo groot kunnen zijn. Mijn ervaring in het werken met slachtoffers van seksueel-, ernstig fysiek- en emotioneel geweld is, dat het ook na een hele tijd therapie haast onmogelijk is om zichzelf als mens gewoon waardig te achten.

Z: Ja, dat ben ik met je eens. Het is het zwaarste deel en als therapeute is het ontzaglijk moeilijk om mensen die dergelijke ervaringen hebben een bepaald gevoel van menswaardigheid aan te reiken. Het begint er al mee dat die mens zich totaal onveilig voelt, totaal uit zijn veiligheid van de eenheid - van geest, goddelijk zijn en mens - gezet voelt.

Uitzetting zal ik het maar noemen.

Je kunt het vergelijken met de uitzetting uit het paradijs, symbolisch dus. De uitzetting uit het paradijs veroorzaakt bij de mens totale ontregeling en ontwaarding.

Wat doe je daar dan mee?

Om te beginnen zul je er als hulpverlener van moeten zijn dat een hulpverlener toch een bepaalde kracht heeft naar de hulpvrager toe, want hij zit op een andere stoel dan de hulpvrager.

Daar zit al een bepaalde machtstrilling in. Wat ik zo gezien heb bij vele hulpverleners, hiermee om te gaan. Hoe meer inzicht, hoe moeilijker het is voor hulpverleners. Juist die inzichten maken dat de hulpverlener zichzelf steeds duidelijker gaat zien.

Wat doe je nou met iemand die zo bij je komt? Die is totaal kapot, die weet eigenlijk niet meer wie hij is. Ik wil het nu even alleen van de kant van de hulpverlener zien.

Als hulpverlener heb je de verantwoordelijkheid dat je de ander als het ware de warmte van je mens-zijn geeft en verder niets, zonder ook maar iets van een oordeel, trilling, machtstrilling, goed willen doen, of die ander juist iets willen geven.

De warmte van je mens-zijn zonder er iets aan vast te knopen. Belangeloos. Dat is moeilijk.

Natuurlijk wil je de ander helpen, natuurlijk wil je de ander genezen. Persoon dat niet, want ook deze trilling roept bij de beschadiging van die persoon nog meer ontwaarding op.

Bij een beschadigd mens, die door de machtsovername van een ander, de intimidatie door een ander, zichzelf, eigen waarden en waardigheid is kwijtgeraakt, mag de hulpverlener niet vanuit haarden zeer goedgebedoelde willen helpen, een trilling uitzenden die deze ontwaarding nog extra stimuleert.

Dus alleen de acceptatie.

En dan niet: 'lieffe, ach wat is het toch sneu wat je allemaal hebt beleefd'. Nee zo moet het niet, maar wel:

'ja, ik huil met je mee. Hier ben ik.' Warmte.

Dan bouw je dus een vertrouwensrelatie op waardoor de veiligheidsaspecten van zo'n beschadigd mens langzaam aan een beetje gaan groeien.

Het wantrouwen naar iedereen kan op die manier heel langzaam veranderen. Maar zeg nooit: 'ik wil je helpen, als je nou maar naar mij luistert, dan wordt het helemaal anders, ik weet het'.

Waarschijnlijk doe je het niet zoals ik het net beschreef, anders zat je hier niet. Maar toch, als dit in je uitstraling zit, dan doe je die ander toch schade.

### Vergeving en acceptatie

--- Vorige keer stelde iemand de vraag over de plaats van woede en vergeving als het gaat over seksuele intimidatie.

Ik wil u iets vertellen: er was een uitzending op TV waarin het onderwerp was 'breken met je ouders'. Daarin sprak een jonge vrouw die seksueel geïntimideerd was door haar vader, evenals haar zusje. Ze vertelde dat haar zusje het contact met haar ouders weer hersteld had, vanwege haar spirituele levenswijze. Zij zelf voelde 'ik accepteer het dat zij dat doet, maar ik kan dat niet.' Wat mij daarin trof was dat er zo duidelijk twee verschillende wegen zijn die voor mijn gevoel overveel waard zijn.

De ene om het contact wel te herstellen en de andere om dat niet te doen.

Z: Ja, dat is de eigen verantwoordelijkheid en de eigen vrijheid van de mens, wat hij daarmee doet. Nu zal degene die dat niet kan, zwaardere belast worden dan degene die dat wel kan. Zo werkt dat. Wanneer je niet kunt komen tot werkelijke acceptatie en daardoor tot vergeving, dan blijft dat in jezelf wroeten. Dat kan ook fysieke vormen aannemen, waardoor je dus ook lichamelijke klachten kunt krijgen, maar je ook zeker emotioneel en mentaal helemaal door beheerst kunt gaan worden.

Ik denk hierbij bijvoorbeeld ook aan oorlogsslachtoffers, die zich niet willen - soms is het zelfs niet willen - loskoppelen, los maken van datgene wat hen is gebeurd. Die het zodanig vasthouden en voeden, dat daardoor ook vaak een algehele vernietiging plaats vindt.

Wat ik naar voren wil brengen, is dat elk mens in zichzelf die kracht draagt om zich los te maken, vrij te maken van datgene wat hem of haar zo diep heeft ontkend en vernietigd eigenlijk en geïntimideerd. Maar het is ontzaglijk moeilijk voor een mens, wanneer in het leven dat zich daarna verder ontrolt, die mogelijkheden niet meer bestaan.

Dat is iets om over na te denken hoe wij daar mee omgaan.

--- In spirituele groeperingen wordt heel gauw gesproken van acceptatie en vergeving en ik mis daarin toch een stukje veroordeling van wat naar mijn idee maatschappelijk gewoon niet aanvaardbaar is. Ik denk dat het heel belangrijk is dat vóórdat een slachtoffer tot acceptatie en vergeving kan komen, er maatschappelijk gewoon een veroordeling komt van bepaald gedrag. Dus dat niet zo snel tot vergeving overgegaan wordt, want anders blijf je met kwaadheid in je lichaam zitten en dat komt elke keer weer terug, hoe graag je ook wilt vergeven.

Z: Dat ben ik helemaal met je eens. En dat is ook niet wat ik bedoel. Als ik even naar die jonge vrouw terug mag gaan van die uitzending.

Er mag in haar zeker een gerechtvaardigde boosheid zijn, die zij mag uiten. Er mag absoluut een totale afwijzing, dus afkeuring zijn van wat gebeurd is, natuurlijk. Ik vind dat woord 'de mantel der liefde' ook onzinnig, dat bestaat gewoon niet. Maar het is wel zo dat wanneer zij zich werkelijk daarvan wil verlossen zij echt tot die vergeving en acceptatie moet kunnen komen, anders kan er niets gebeuren.

Wat in onze maatschappij duidelijk moet worden, is dat wij vanuit ons diepste spirituele bewustzijn - God in ons, dus ook in de ander - tot geen enkele intimidatie op welk gebied dan ook, lichamelijk of geestelijk, mogen komen, zonder dat daar een gerechte straf uit voortkomt. Met straf bedoel ik dat in de persoon die dit pleegt een overduidelijk begrip gaat komen 'zo had ik dat niet mogen doen'.

Hoe de maatschappij dat gaat invullen, is iets dat we met elkaar zouden kunnen bespreken. Hier in Nederland is ook een beetje schouderophalend gedaan over pedofilie.

Zo van: het moet kunnen in onze maatschappij.

Zo mag dat niet. Pedofilie door volwassenen met een kind houdt in dat er een volkstreekse, zeer grote intimidatie plaats vindt, in jezelf, en geestelijk, wat toekomst inruist tegen het gegeven 'God in jezelf, in ieder mens.'

Zeker ook in dat kind. Dit moet echt tot hernieuwde waarden en normen in onze maatschappij worden gebracht.

Maar daarnaast is het wel zo dat een mens die een ander heeft verkracht, inest heeft gepleegd, vreselijke dingen heeft gedaan, wel degelijk tot inzicht kan komen dat hij het zo niet had moeten doen.

Dat inzicht is noodzakelijk voor de vergeving en de acceptatie.

--- Zohra kun je nog eens precies zeggen hoe het zit met vergeven naar mijzelf en naar de ander, van dingen die fout zijn gegaan?

Z: In een van mijn gedichten schrijf ik:

*'zoveel heb ik niét gedaan, zoveel heb ik mis verstaan.'*

Er is geen mens die niet in zijn/haar leven dingen doet of juist niet heeft gedaan, waar hij later geen spijt over krijgt. Dat kan niet anders. Geen enkele mens is zich altijd bewust hoe hij of zij op dat moment in werkelijke liefde kan handelen.

Vanuit het bewustzijn wat u toen had, handelde u.

Nu kijkt u ernaar vanuit een vernieuwd bewustzijn.

Teksten uit het boek: [Intimidatie herkennen en transformeren](#)

*Klik op de link: [Intimidatie herkennen en transformeren](#) om deze teksten te downloaden en te lezen.*

### Meditatie

Tijdstip en duur van elke meditatie is voor ieder persoonlijk en kan zelf worden gekozen.

### Gezamenlijke meditatie

Elke zondagavond.

Aanvang om half acht.

Gedurende ongeveer een half uur.

Leed, lijden zal geen mens bespaard kunnen zijn.

Leed, lijden, het zich daaraan ontworstelen  
geeft u een zodanige kracht

dat jij mens tot vernieuwing kunt geraken.

Vervloek niet het lijden.

Wees dankbaar voor de positieve aspecten  
die in lijden verweven zijn.

Zo bid ik u, open uw hart,  
en aanvaard en ervaar de liefde Gods in uzelve.

Zo hef uw hart omhoog, sursum corda.

En verheug u met Mij

over al diegenen die niet als u,  
op vele plaatsen in uw wereld

zich verbinden en zich vernieuwen,  
opdat er eens zal komen

een door liefde gedragen wereld,  
in een door liefde ontvangen hemel.

Dat de zegen des Allerhoogsten over u zij,  
in u zij, u, de nieuwe mens,

staand op de drempel van een nieuw tijdperk.

God zij met u.

Amen

Tekst op pagina 42 uit pdf-bestand: [Meester Jezus Teksten](#)

*Klik op de link: [Meester Jezus Teksten](#) om deze tekst te downloaden en te lezen.*

### Mededelingen

#### Nieuwe publicaties

Er zijn een groot aantal '**Kaarten**' toegevoegd op onze website:

[www.zohranoachpublicaties.nl/kaarten/](#)

#### Psychosofia Post

Alle publicaties van "Psychosofia Post" worden geplaatst op:

[www.zohranoachpublicaties.nl/psychosofia-post/](#)

#### Berichten

Een activiteit zoals een geplande lezing, een cursus, een bijeenkomst, een oproep of een mededeling, kan in de eerstvolgende publicatie van 'Psychosofia Post' worden vermeld, als deze informatie uiterlijk op de eerste dag van de maand is aangeleverd.

Gelieve alle reacties en berichten per e-mail te sturen naar:

[psychosofiapost@psychosofia.nl](mailto:psychosofiapost@psychosofia.nl)

Bestuur en medewerkers 'Zohra Noach Foundation'

#### Websites

[www.zohranoachpublicaties.nl](#)

[www.zohranoachfoundation.nl](#)

[www.psychosofia.nl](#)

#### Facebook

[www.facebook.com/Psychosofia](https://www.facebook.com/Psychosofia)