



Vrij van Migraine

door Biologisch
Decoderen

Angela Frauenkron-Hoffmann

Angela Frauenkron-Hoffmann

Vrij van Migraine door Biologisch Decoderen

Vrij van
Migraine
door Biologisch
Decoderen

Angela Frauenkron-Hoffmann

Alle rechten voorbehouden

Met uitzondering van korte citaten voor boekrecensies mag niets zonder schriftelijke toestemming van de uitgever uit dit boek worden verveelvoudigd, als gegevens opgeslagen of gebruikt worden in enige vorm of door een ander medium of in een boekband of met een andere titelpagina dan die van de eerste uitgave. Het mag evenmin aan wederverkopers worden gegeven onder andere voorwaarden.

© 2019 Verlag “Die Silberschnur” GmbH, Göllesheim, Duitsland, oorspronkelijk in het Duits gepubliceerd als Frei von Migräne durch Biologisches Dekodieren.

Auteur: Angela Frauenkron-Hoffmann

© 2025: Vrij van Migraine door Biologisch Decoderen

Nederlandse vertaling: Froucke van der Lijn

ISBN: 9789083363868

Eigen Wijze Boeken | info@eigenwijzeboeken.nl | eigenwijzeboeken.nl



Een belangrijke opmerking:

In zeldzame gevallen kan hoofdpijn het belangrijkste symptoom zijn van een potentieel gevaarlijke ziekte. Raadpleeg daarom eerst een specialist om na te gaan of het bij uw hoofdpijn echt om migraine gaat, voordat u begint met zelfhulp door Biologisch Decoderen!

De hier gepresenteerde methode, Biologisch Decoderen, veronderstelt een zelfverantwoordelijke benadering van veranderingen op ziels-, geestelijk en lichamelijk niveau en is bedoeld als aanvulling op een medische behandeling.

De auteur en de uitgever aanvaarden geen aansprakelijkheid voor eventuele nadelen of ongewenste bijwerkingen die het gevolg zijn van de toepassing van de in dit boek beschreven instructies en procedures; evenmin kan enige garantie op succes worden gegeven. De verantwoordelijkheid voor de gevolgen van het eigen handelen ligt uitsluitend bij de lezer; wettelijke aanspraken en vorderingen tot schadevergoeding zijn daarom uitgesloten.

Alle informatie en uitspraken in dit boek zijn zorgvuldig verwerkt op basis van de huidige wetenschappelijke bevindingen en praktijkervaring met cliënten en geven het standpunt van de auteur weer. Wetenschap en geneeskunde zijn echter voortdurend in ontwikkeling. Ook al staan het standpunt en de aanbevelingen van de auteur gedeeltelijk haaks op de richtlijnen voor medische therapie en de gangbare

richtlijnen, haar conclusies zijn in lijn met bevindingen van vele holistisch georiënteerde artsen, natuurgeneeskundigen en therapeuten.

Inhoud

Vrij van migraine	9
Hoe ik er toe kwam, om mensen te helpen, zichzelf van hun migraine te bevrijden	13
Biologisch Decoderen: een (bio)logische kijk op ziekte en zelfgenezing	17
De diepere oorzaak van migraine	27
Mogelijke stressthema's bij migraine	31
Casestudies: Hoe de basisthema's van migraine zich uiten in denk- en gedragspatronen	39
Hulp bij zelfhulp	75
1. Vind de uitlokker van uw migraine	75
2. Ontsleutel uw migraine-inprenting(en) door uw familiestamboom te maken	78
3. De bevrijding – het loslaten - de oplossing	86
Aanwijzingen voor therapeuten	93
Migrainekalender	99
Contact met de auteur	103
Over de auteur	105

Vrij van migraine

Onlangs las ik in een tijdschrift dat migraine ongeneeslijk is. Dat klopt niet, gelukkig. Het is mogelijk om voor altijd migrainevrij te worden! Dit boek vertelt u hoe het werkt en legt de biologische achtergrond uit.

In de afgelopen twintig jaar zijn vele migrainepatiënten bij mij gekomen; de meesten van hen konden al na één of enkele sessies voor eens en voor altijd afscheid nemen van hun hoofdpijn, inclusief alle bijbehorende symptomen zoals gevoeligheid voor licht of geluid, misselijkheid, zichtstoornissen, etc. Sindsdien zijn ze migrainevrij, kunnen ze weer volledig aan het leven deelnemen en hebben geen medicatie meer nodig. Zij zijn gezond geworden dankzij een methode die in Frankrijk al zeer populair is, maar in Duits- en Nederlandstalige landen nog vrij onbekend: **Biologisch Decoderen leidt vaak verrassend snel tot de oplossing van gezondheidsproblemen.**

Met deze zeer effectieve therapie en zelfhulpmethode kan men niet alleen migraine, maar ook een grote verscheidenheid aan ziekten en aandoeningen oplossen, van allergieën en chronische ziekten tot school- en leerproblemen, zonder hulpmiddelen of medicatie.

Biologisch = in de zin van het leven

Bio = leven

Logos = zin, betekenis

Biologisch Decoderen is gebaseerd op bevindingen uit de neuro-psycho-genealogie (Dr. Gérard Athias), de neurobiologie (Dr. Jean Lermينياux), de epigenetica (Prof. Joachim Bauer, Dr. Bruce Lipton) en de neurofysiologie (Giacomo Rizzolatti, ontdekker van de spiegelneuronen). Biologisch Decoderen werd in het begin van de jaren negentig opgericht door artsen en therapeuten en is sindsdien door mij voortdurend verder ontwikkeld.

Decoderen = ontsleutelen
Code = informatie, patroon, sleutel

Biologisch Decoderen is een nuttige aanvulling op de best mogelijke medische behandeling; men grijpt niet in op andere therapieën. Omdat er geen risico's of bijwerkingen zijn, maar de voordelen groot kunnen zijn, zie ik het als een heel goede kans voor patiënten.

Dit boek leidt u door de drie stappen van Biologisch Decoderen:

1. Eerst ontdekt u door welk biologisch mechanisme uw migraineaanvallen worden uitgelokt,
2. dan ontsleutelt u de onderbewuste inprentingen die uw hersenen voor migraine hebben geprogrammeerd
3. en tenslotte kunt u zichzelf bevrijden van migraine door deze inprenting op te heffen.

Bij de uitvoering van deze stappen rijzen er soms vragen. Een keer per maand is er een gratis telefoonconferentie, de 'Lezertalk'¹ (Duitstalig). Daar beantwoord ik uw vragen en help u met decoderen. Als u meer hulp nodig hebt, kunt u contact opnemen met een therapeut die is opgeleid voor Biologisch Decoderen.

1) *www.biologisches-dekodieren.de*

Begin direct om de uitlokker van uw migraine te achterhalen! Als u uw migraine zo snel mogelijk voor altijd wilt vergeten, begin dan meteen met het vinden van de oorzaak. Neem de migrainekalender² achter in dit boek over en schrijf elke migraineaanval op om eerst de uitlokkende factor en vervolgens de diepere oorzaak van uw migraine op te sporen.

2) Download: eigenwijzeboeken.nl/migrainekalender

Hoe ik er toe kwam, om mensen te helpen, zichzelf van hun migraine te bevrijden

Voordat ik in 1991 mijn privépraktijk opende, werkte ik elf jaar als kinesitherapeut³ in een ziekenhuis en voltooide daarna opleidingen in Chinese Geneeskunde, Shiatsu en Kinesiologie. In 1995 leerde ik bij Dr. Claude Sabbah in Frankrijk het Biologisch Decoderen kennen. Dit is een therapeutische methode, waarbij gezondheidsproblemen op een geheel andere manier worden benaderd en behandeld dan men gewend is vanuit de alternatieve en reguliere zienswijze.

In die tijd kwamen veel ouders bij mij terecht voor kinesio-logische hulp voor hun kinderen, die allerlei school- of gedragsproblemen hadden: agressiviteit, hyperactiviteit, dyslexie, dyscalculie, schoolangst, lispelen, stotteren, bedplassen, nagelbijten enz. Ik paste deze nieuwe methode, het Biologisch Decoderen, toe bij mijn kleine patiëntjes en het werkte uitstekend! Al heel snel stond ik bekend als dé expert op het gebied van kinderproblemen en gaf ik seminars over deze onderwerpen in de hele Franstalige wereld (België, Frankrijk, Canada), later ook in Duitsland, Luxemburg, Oostenrijk en Zwitserland.

3) Kinesitherapeut is een paramedisch beroep in België, dat werkzaamheden als fysiotherapeut, kinesitherapeut en medisch badmeester omvat en wordt binnen een opleiding geleerd.

Na een tijdje besepte ik dat lichamelijke ziekten volgens dezelfde biologische logica ontstaan en verlopen als leer- of gedragsproblemen. Ik begon ook met volwassen patiënten te werken aan hun denk-, gevoels- en gedragspatronen waaruit hun ziekte was ontstaan. Ook hier werd weer duidelijk hoe ongelooflijk effectief Biologisch Decoderen is: symptomen verbeteren of verdwijnen volledig, vaak al na één of twee sessies.

Met veel enthousiasme begeleid ik sindsdien patiënten die gezond willen worden zonder medicatie, op een holistische manier, en die bereid zijn om hun ziekte echt tot op de bodem te onderzoeken. In mijn werk ervaar ik dagelijks hoe mensen, die jarenlang tevergeefs hebben geprobeerd gezond te worden, en alle beschikbare therapieën al hebben gehad, vrijwel onmiddellijk van hun probleem afkomen. En vaak staan ze ook vrijer en meer zelfbewust in het leven.

Migraine is een wijdverbreid verschijnsel; volgens de statistieken lijdt één op de tien mensen hieraan en de tendens is stijgend. Er komen dus ook veel migrainepatiënten bij mij. Dit heeft mij in de loop der jaren de gelegenheid gegeven om onderzoek te doen naar het hele scala van oorzaken van migraine, inclusief speciale vormen zoals Neuralgie van Arnold. Ik heb dit boek geschreven, zodat zoveel mogelijk patiënten kunnen profiteren van deze behandelmethode die zich in mijn praktijk heeft bewezen. Het zou me verheugen als u gebruik zou maken van de mogelijkheden die Biologisch Decoderen biedt, ook bij migraine.

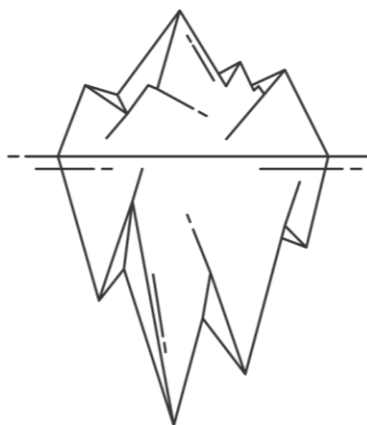
Daarnaast zou ik met dit boek de aandacht van artsen en therapeuten willen vestigen op Biologisch Decoderen; misschien motiveert het hen om deze methode te leren, zodat zoveel mogelijk mensen geholpen kunnen worden. Gezien de miljoenen mensen die getroffen zijn door migraine (of andere klachten die met deze methode ook positief beïnvloed kunnen worden), zijn er op dit moment nog veel te weinig opgeleide therapeuten voor Biologisch Decoderen. Als u anatomische kennis heeft (of bereid bent die te leren), misschien natuurgeneeskundige, arts of therapeut bent, als u bereid bent

te leren hoe men de patiënt en zijn probleem therapeutisch kan benaderen, kunt u Biologische Decoderen leren.

Biologisch Decoderen: een (bio)logische kijk op ziekte en zelfgenezing

Als u aan migraine lijdt, hebt u zich vast wel eens afgevraagd waarom u die vreselijke hoofdpijn heeft, wat de onderliggende oorzaak zou kunnen zijn ... Migraine (en ziekten in het algemeen) is als een ijsberg: zolang we niet onder het wateroppervlak kijken, zien we slechts een deel van wat er gebeurt: het topje van de ijsberg dat boven het water uitsteekt - met andere woorden - de symptomen. Ze laten zien dat iets in het lichaam niet meer goed functioneert.

In de reguliere geneeskunde onderdrukt men de symptomen met geneesmiddelen en operaties (ik ben voorstander van operaties als ze zinvol zijn), maar men bekommert zich nauwelijks om de diepere oorzaak van de ziekte, de onzichtbare 90 procent. Het is alsof men probeert het topje van de ijsberg af te zagen om de ziekte uit te roeien. Laten we ons eens voorstellen dat het ons lukt om het topje van de ijsberg te verwijderen. Wat zou er dan gebeuren? Welnu, de ijsberg zou niet weg zijn, want onmiddellijk zou de volgende tien procent van het volume van de ijsberg uit het



water rijzen, terwijl de overige negentig procent onder water zou blijven.

Misschien heeft u medicatie gevonden voor uw migraine, die u van de pijn verlost of op zijn minst verlicht - maar het bevrijdt u niet permanent van migraine, omdat het niet kan voorkomen dat u ook in de toekomst geplaagd wordt door hoofdpijnaanvallen ... Zolang de ijsberg bestaat, zal altijd een deel ervan omhoogrijzen en zich kenbaar maken. Een zeer vergelijkbaar mechanisme zien we bij ziekten: **als alleen de zichtbare symptomen worden behandeld, blijft het diepere, onzichtbare onderliggende probleem bestaan - en op een bepaald moment komt de ziekte weer.**

Ziekten worden veroorzaakt door biologische mechanismen die in de afgelopen 30 jaar door artsen, neurowetenschappers en therapeuten zijn ontdekt en onderzocht. Zij voerden gesprekken met duizenden patiënten. Ze realiseerden zich dat de meeste ziekten en symptomen (ook die waarbij men het zich in eerste instantie moeilijk voor kan stellen) worden veroorzaakt door stress. Echter niet door gewone alledaagse stress, maar door uitzonderlijk intense stress die men ervaart in een (heel persoonlijke) verschrikkelijke situatie en waarvoor men op dat moment geen oplossing heeft.

Een ziekte is het lichamelijke antwoord op een stressvolle situatie, die men op bewust niveau niet op kon lossen.

Hoe sterker men deze stress mentaal en emotioneel ervaart en hoe hopelozener de situatie lijkt, des te ernstiger zal de ziekte later zijn.

Het volgende voorbeeld heeft niets met migraine te maken, maar ik vertel het hier omdat deze gebeurtenis het mechanisme van het ontstaan van de ziekte zeer goed laat zien. Een jongeman vervult zijn dienstplicht, die in die tijd nog verplicht was in Duitsland. De instructeur treitert de rekruten - na urenlang marcheren met volle bepakking (20 kilo in de rugzak) moeten ze vaak nog uren in het gelid blijven staan op het kazerneterrein. De jongeman staat in de eerste

rij en voelt een vreselijke woede tegenover deze instructeur die recht voor hem staat en eist dat zijn bevelen worden opgevolgd. “Ik was hem het liefst naar de keel gevlogen, maar ik moest het bevel opvolgen. Achter mij vielen al enkele soldaten door uitputting neer, ik hoorde de rugzakken achter mij op de grond vallen. Het was echter onmogelijk voor mij om me zomaar te laten vallen, zodat het afgelopen zou zijn!”

In dit grote moment van stress begint zijn multiple sclerose, die enkele weken later wordt gediagnosticeerd en hem in staat stelt om zijn militaire dienst af te breken. MS is de ‘perfecte’ lichamelijke reactie in een stressvolle situatie waarin men, ook al verzet alles zich van binnen, moet gehoorzamen, respectievelijk niet ongehoorzaam kan zijn. In het lichaam wordt de myelinelaa⁴ van de zenuwen afgebroken, waardoor het lichaam het vermogen verliest om bepaalde bewegingen uit te voeren. Dankzij de verlamming is het nu onmogelijk voor de jongeman om het bevel van de instructeur op te volgen - ook al zou hij dat eigenlijk wel moeten. Omdat hij op bewust niveau geen oplossing heeft voor deze enorme stresssituatie, vindt zijn lichaam een biologisch zinvolle oplossing en dat stelt hem in staat om twee dingen tegelijk te doen: deze stress niet meer te hoeven volhouden - en toch niet ongehoorzaam te zijn.

Wanneer het om het overleven (bewust of onbewust) gaat (van uzelf, van uw nakomelingen of om het voortbestaan van de soort), is het lichaam in opperste staat van paraatheid! Omdat het zo’n extreme stress niet lang kan volhouden, zetten de hersenen onmiddellijk de best mogelijke oplossing in gang.

**De belangrijkste taak van onze hersenen is,
ervoor te zorgen dat we in leven blijven!**

4) De myelinelaa is een vettig omhulsel van de zenuwen die ervoor zorgt dat de zenuwimpuls snel wordt doorgegeven aan de spieren.

Onze hersenen werken als een centrale computer: via de vijf zintuigen worden zij voortdurend geïnformeerd over wat er om ons heen gebeurt. Via deze innerlijke waarneming⁵ weten onze hersenen wat er in het lichaam gebeurt. Wanneer het brein met een probleem wordt geconfronteerd, controleert het alle opgeslagen informatie en programma's en zet het onmiddellijk de best mogelijke reactie of het best mogelijke gedrag op basis van vroegere ervaringen in gang. Daarbij streeft het brein altijd één doel na: ons en onze soort in leven houden.

**Om onder grote stress onze overleving te verzekeren,
zetten de hersenen lichamelijke reacties in gang,
die wij als ziekte ervaren.**

Maar als het probleem aanhoudt, draaien de hersenen bijna door. Ons brein kan niet 'uitschakelen', want het brein moet immers een oplossing vinden ... Als de mentale functie op deze manier te veel wordt gestimuleerd, valt het automatisch terug naar het fysieke niveau. Nu wordt precies het orgaan of weefsel dat de biologische functie heeft om het probleem in kwestie op te lossen, heftig en voortdurend gestimuleerd. Deze stimulering brengt dan een lichamelijke reactie teweeg, die wij als ziekte ervaren.

Omdat ons brein is geprogrammeerd om van moment tot moment de overleving te garanderen, neemt het altijd *die* oplossing die het al kent voor het betreffende probleem: namelijk de oplossing die het ooit heeft opgeslagen. Als er geen nieuwere, betere oplossing voorhanden is, valt het terug op bewezen overlevingsprogramma's die in de loop van miljoenen jaren evolutie zijn ontwikkeld. Bij de jongeman reageerde de myelinelaag rond de motorische zenuwen als

5) *Interoceptie: proprioceptie en viscerceptie = waarneming van het eigen lichaam en de orgaanactiviteiten.*

volgt; door ze af te breken, kon de stress verdwijnen. De MS diende dus voor zijn overleving.

Een ander voorbeeld: een vrouw reageert op de voortdurende kritiek en herhaalde verwijten van haar man op lichamelijk niveau met gehoorverlies. Omdat ze geen oplossing kan vinden, is haar enige optie - zolang het op onbewust niveau verloopt – de fysieke poging tot het vinden van een oplossing.

**Een waargenomen onopgelost probleem beïnvloedt
precies dat weefsel of dat orgaan, dat de passende
biologische oplossing biedt.**

Vanuit biologisch oogpunt is gehoorverlies zinvol en logisch, want het betekent dat ze minder hoort en daardoor minder stress ervaart. Op bewust niveau wil ze natuurlijk goed kunnen horen!

Misschien hebt u tot nu toe gedacht dat ziekten een toevallige storing van het lichaam zijn? Dan klinkt het u waarschijnlijk vreemd in de oren dat ziekten ontstaan, omdat het lichaam op deze manier voor zijn eigen overleving zorgt ... Op het eerste gezicht lijkt het volkomen absurd dat het lichaam zichzelf ziek maakt om te kunnen overleven! Maar stel uzelf voor één keer open voor deze andere zienswijze. Want juist hier, in dit totaal andere begrip van het ontstaan van ziekte, ligt de sleutel tot (zelf)genezing. Want als men er vanuit gaat: mijn lichaam maakt geen fouten, maar handelt altijd zinvol - en wel *biologisch* zinnig - dan kan men op basis van zijn ziekte het diepere, tot nu toe onbewuste probleem herkennen. Men kan dan bewust een betere, zinnigere oplossing vinden, zodat het lichaam niet meer voor een ‘oplossing’ moet zorgen.

Geen ziekte zonder overeenkomstige inprenting.

Een ziekte ontwikkelt zich altijd op een bepaalde basis, op een voedingsbodem. Deze onderste negentig procent van de ijsberg zijn onze inprentingen. Er zijn drie soorten inprentingen:

- ⊙ Zeer emotionele, bedreigende of traumatische ervaringen van onze voorouders, overgedragen door epigenetische overerving⁶ en waarschijnlijk ook door kwantumfysische effecten,
- ⊙ de gevoelens en gedachten van onze ouders tijdens onze conceptie, zwangerschap en geboorte,
- ⊙ en onze eigen ervaringen sinds onze geboorte.

(Ik ga uitvoerig in op deze verschillende soorten inprentingen in mijn boek 'Vrij van hyperactiviteit, gedragsstoornissen en schoolblokkades door Biologisch Decoderen').

Eén van de fascinerendste vormen van inprenting is de epigenetische inprenting. In het nieuwe onderzoeksveld van de epigenetica heeft men ontdekt dat heftige negatieve ervaringen hun sporen nalaten in de lichaamscellen. Eiwitten die de genen omhullen, reageren op emoties en kunnen vervolgens bepaalde genen blokkeren, waardoor ze als het ware 'uitgeschakeld' worden.

Door epigenetische overerving worden wij gevormd door de ervaringen van onze voorouders

De uitgeschakelde genen, de epigenetische inprentingen, worden doorgegeven aan de nakomelingen. De traumatische ervaringen van onze voorouders leven dus in ons voort en beïnvloeden ons elke dag als onbewuste familiale 'verstrikkingen' die weerspiegeld worden in

6) Op internet (YouTube) zijn verschillende interessante video's te vinden van Bruce Lipton over epigenetica en epigenetische overerving. Boekentips over dit onderwerp: 'Das Gedächtnis des Körpers' van Joachim Bauer en 'De biologie van de overtuiging' van Bruce H. Lipton.

onze persoonlijke denk-, gevoels- en gedragspatronen. Wij kunnen dus bijna niet anders denken, voelen of handelen dan de ervaringen van onze voorouders ons voorschrijven! Hun inprentende ervaringen en ook onze eigen ervaringen tijdens de vroege inprentingsfasen (zwangerschap, geboorte en babytijd) leiden ertoe dat we precies op dit moment deze ziekte krijgen en geen andere.

Laten we eens kijken naar de inprenting van de jonge soldaat, die na uren marcheren met zijn volle bepakking op het kazerneterrein in de houding moest blijven staan. Zijn multiple sclerose was slechts het symptoom, het topje van de ijsberg. De werkelijke, diepere reden van zijn ziekte - de onbewuste inprentingen - kunnen gevonden worden als men zijn jeugd- en familiegeschiedenis bekijkt. Hier wordt duidelijk waarom alleen hij MS kreeg en zijn kameraden niet!

De diepere biologische betekenis van multiple sclerose is dat men zich in een zodanige lichamelijke toestand brengt, dat men niet kan (om)vallen. Als je met MS in een rolstoel zit, kun je niet meer vallen en overlijden! Dus zoeken we onder zijn voorouders naar degene die 'gefallen is' en daarbij is overleden. Meestal zijn het voorouders die 'gefallen zijn' tijdens de oorlog. Zo was het ook bij deze jongeman - zijn oudoom werd als jongeman gedood in de Eerste Wereldoorlog, een traumatisch verlies voor de familie ...

Het hangt van onze inprentingen af hoe we op bepaalde stressvolle situaties reageren.

Deze informatie zat onbewust in hem: als men als soldaat valt, is men dood. Daardoor was het voor hem onmogelijk om zich in uniform te laten vallen! Tegelijkertijd had hij de inprenting dat hij absoluut gehoorzaam moest zijn. Als kind werd hij zo opgevoed dat hij moest gehoorzamen; zijn weerstand was al gebroken in de koppighedsfase (peuterpuberteit), wanneer kleine kinderen normaliter hun eigen wil ontwikkelen.

Hoe kan men zich bevrijden van deze onvrijwillige overgeërfdde stresspatronen die iemand ziek maken? Hoe kunnen deze inprentingen worden 'uitgewist'?

Decoderen = ontsleutelen
Code = patroon, programma, sleutel

Eerst moet men zijn persoonlijke 'programma', zijn persoonlijke inprenting ontsleutelen - dit vereist enig onderzoekswerk. Maar dan vallen meestal de schellen van de ogen. Men herkent het typische gedragspatroon dat iemand volledig onbewust, als een automatisch verlopend computerprogramma, in alle levenssituaties aanstuurt ... Dit kan in het begin schokkend zijn. Omdat men tot nu toe geloofde dat alle mensen hetzelfde denken en dat het eigen gedrag volkomen normaal is.

Met behulp van dit boek kunt u nu zelf - of met behulp van een therapeut - herkennen wat er met u persoonlijk aan de hand is, welke traumatische ervaringen, die van uzelf en/of die van uw ouders en voorouders, onder uw migraine zitten. Uit welke onbewuste stress-thema's bestaat uw 'migraine ijsberg'? En hoe is het ontstaan? Daarna kunt u de migraine-inprentingen uitwissen, 'de ijsberg laten smelten' ... en voor altijd migrainevrij worden. De instructies vindt u in het hoofdstuk 'Hulp bij zelfhulp'.

De sleutel tot (zelf-)genezing:
de diepere oorzaak van de ziekte - de familiale
inprentingen - herkennen, voelen en uitwissen.

Wij hebben pas een vrije keuze over hoe wij willen denken, voelen of doen als wij de inprentingen die wij van onze ouders en voorouders hebben geërfd, ontsleutelen (decoderen) en hun onbewuste invloed op ons uitwissen (decoderen). Dit gebeurt als men erkent dat men deze inprentingen niet langer nodig heeft om te leven! Daarbij is het heel belangrijk deze verbindingen niet alleen met het

verstand te herkennen, maar ook intensief te voelen. Want de hersenen en de genen (epigenetische schakelaars) slaan vooral de informatie op die met sterke emoties samenhangen. Uw nieuwe innerlijke houding wist de vroegere inprenting uit, waardoor deze ineffectief wordt. Het symptoom - de ziekte - is nu niet meer nodig en het verdwijnt. Soms geleidelijk, soms onmiddellijk.

Misschien vraagt u zich nu af hoe het kan dat een verstandelijk (en gevoelsmatig) inzicht zo'n diepgaande invloed op het lichaam kan hebben, dat het in een handomdraai gezond kan worden? Deze vraag is begrijpelijk als men bedenkt hoezeer ons denken nog gevormd wordt door de opvatting dat lichaam en geest van elkaar gescheiden zijn⁷, zoals die ons door het klassieke wetenschappelijke wereldbeeld wordt voorgehouden. Maar deze zienswijze is onder-tussen achterhaald, want dankzij nieuwe onderzoeksmethoden zoals positronemissie-tomografie, kortweg PET, kan men tegenwoordig de hersenen zien denken, en daarbij heeft men ontdekt hoe het denken de fysiologie van het lichaam beïnvloedt.⁸

Onze gedachten hebben direct invloed op onze organen en cellen.

Men heeft onder andere ontdekt dat wij in feite helemaal niet kunnen denken zonder de subtiele medewerking van het lichaam: als wij alleen maar woorden of teksten denken, d.w.z. ze niet uitspreken, bewegen de stembanden, hoewel minimaal. Proefpersonen die een bepaalde afstand lopen, en zich vervolgens alleen moeten voorstellen die afstand te lopen terwijl zij lichamelijk in rust zijn, hebben voor beide activiteiten evenveel tijd nodig. Met de meest precieze

7) René Descartes, 1596-1650, Frans filosoof, wiskundige, natuurwetenschapper en grondlegger van het moderne rationalisme.

8) Zie voor meer informatie, het boek 'De vergissing van Descartes: gevoel, verstand en het menselijk brein' van António Damásio.

meetmethoden heeft men kunnen bewijzen dat pure verbeelding dezelfde, zij het minimale, fysiologische veranderingen veroorzaakt als lichamelijke activiteit, en in dezelfde delen van het lichaam die actief zijn tijdens de daadwerkelijke actie.

Vraagt men de proefpersonen vervolgens dezelfde afstand te lopen mét een zak cement op hun rug - en alleen in hun verbeelding! – dan duurt de mentale actie langer dan de ingebeelde weg zónder de zak cement. Ook de hartslag en andere fysiologische parameters nemen toe - alsof de inspanning werkelijk groter is.

Terwijl wij ons iets voorstellen, worden de hersengebieden die de juiste fysieke actie in het lichaam aansturen, geactiveerd en vinden dezelfde (zij het minimale) fysiologische processen plaats, als wanneer de actie werkelijk fysiek wordt uitgevoerd. Sporters maken gebruik van deze beïnvloedingsmogelijkheid in de vorm van mentale training: hun ervaring toont dat men later betere sportprestaties levert als men zich van tevoren de overeenkomstige fysieke actie gedetailleerd voorstelt.

We kunnen niet denken, zonder dat het lichaam erbij betrokken is.

De zenuwbanen waarlangs elk orgaan en elk weefsel door het verantwoordelijke hersengebied wordt aangestuurd, zijn ondertussen ook in detail bekend. Onze psyche is dus in staat het lichaam te beïnvloeden - zij doet dat zelfs voortdurend, meestal zonder dat wij ons van die invloed bewust zijn.

Als u geïnteresseerd bent in meer wetenschappelijke achtergrond hierover, bezoek dan mijn website: www.biologisches-dekodieren.de

Meer informatie
over boeken en auteurs
is te vinden op:



**Eigen Wijze
Boeken**

eigenwijzeboeken.nl

Judith Kockelmann
Allergie 2.0 – Kattenallergie
Biologisch Decoderen



Bij een allergie heeft ons systeem een afweermecanisme ontwikkeld tegen wat eigenlijk een onschadelijke omgevingsstof is. Vanuit biologisch oogpunt vormen katten of kattenharen geen gevaar voor onze overleving. Eigenlijk heeft deze afweerreactie dus geen zin. Tenzij we een stressvolle situatie met het dier hebben meegemaakt, die in ons onderbewustzijn opgeslagen is. Het doel van Biologisch Decoderen is om deze destructieve programma's te vinden en te Decoderen, d.w.z. om dit programma op de harde schijf van onze hersenen uit te schakelen.

Judith Kockelmann
Erfenis 2.0 – De geheime nalatenschap van mijn voorouders.



Voel jij je vaak erg verdrietig of wanhopig? Of heb je last van angsten of lichamelijke klachten? Heb je ooit gezocht naar oorzaken in het leven van je ouders, grootouders en andere voorouders? Wanneer mensen getraumatiseerd zijn door een ervaring, blijft er een zogenaamde emotionele blokkade in hen achter. De blokkades kunnen worden doorgegeven aan nakomelingen, wat kan leiden tot lichamelijke of psychische klachten in hun leven. Erfenis 2.0 helpt je om inzicht te krijgen in trauma overerving, die is ontstaan door de onverwerkte trauma's van je voorouders.

Froucke van der Lijn

De sleutel tot zelfgenezing zit in jou

Inleiding tot Biologisch Decoderen



Met Biologisch Decoderen kan de persoonlijke en familiale achtergrond waarop elke ziekte, maar ook onze problemen zijn gebaseerd, worden ontsleuteld, begrepen, gevoeld en verholpen. In dit boek maak je kennis met een andere perceptie over ziekte en gezondheid. Genezing begint in jou en door jou. Ziekte of problemen in ons leven zijn geen toeval of het noodlot. Het heeft te maken met dat wat in ons leven gebeurt of is gebeurd en vooral de manier waarop wij dat gevoelsmatig beleven. Als we hier inzicht in krijgen, dan kunnen we ons leven doelbewust veranderen en daarmee de reden van ziekte opheffen.

Dr. Johan Denis

Verlost van je Allergie

Met de 5 Biologische Natuurwetten



Meer dan 40 geheelde casussen uit de praktijk. Of het nu om huidklachten, hooikoorts, astma of darmklachten gaat – het werkt steeds op dezelfde manier! Eens we de taal van ons organisme begrijpen, wordt alles zonneklaar. Allergenen blijken begeleidende omstandigheden (= sporen) te zijn van traumaschokken. Deze sporen werken als alarmsignalen en hertriggeren ons organisme in de stress van oude trauma's. Dr. Johan Denis werkt dagelijks met de wetmatigheden van de GNM in zijn praktijk en geeft hier al jaren les in.

De unieke zelfhulpmethode om uzelf voorgoed van migraine te bevrijden.

Met **Biologisch Decoderen** kunt u de persoonlijke en familiale achtergrond die ten grondslag ligt aan deze kwaal systematisch ontsleutelen ... begrijpen ... voelen ... en oplossen.

Met deze zeer effectieve zelfhulpmethode kunt u dankzij stapsgewijze instructies eindelijk migrainevrij worden, zodat u weer volledig aan het leven kunt deelnemen. Veel casestudies illustreren de verschillende oorzaken van migraine en helpen u de trigger op te sporen.

Reacties van lezers

Bedankt voor deze wonderbaarlijke methode. Constanze, nu migrainevrij
Dit boek heeft me geholpen om de oorzaken te vinden en sindsdien heb ik geen migraine meer gehad. Een deelnemster van de Lezertalk Deze kennis is briljant! Alles is gemakkelijk te begrijpen, ik ben erg enthousiast
J. Eckstein, natuurgeneeskundig therapeut

Angela Frauenkron-Hoffmann heeft meer dan 25 jaar ervaring in het werken met kinderen en volwassenen met een grote verscheidenheid aan ziektebeelden. Sinds 2002 leidt ze therapeuten op en geeft ze lezingen en seminars in Frankrijk, Duitsland, Oostenrijk en Zwitserland.



1 x p.m.
Gratis Lezertalk
met de auteur!

