

# Emotioneel Evenwicht

met

# NEI®

"Weer!" Je kent dat wel, dat je na een gebeurtenis ... weer boos bent geworden om bijna niets, ... dat je weer bent dichtgeklapt voor een groep, ... dat je toch weer zit te snoepen, ... dat je weer hoofdpijn hebt gekregen, ... of last van je rug, of ...

Hoe zou het zijn om je sterker te voelen dan ooit, meer zin te hebben in wat je doet en alleen positieve, stimulerende gedachten te hebben? Een vitaal en liefdevol leven, dat is wat we in ons hart het allerliefst willen. Waarom lukt het de meesten van ons niet om alles uit het leven te halen wat er inzit, worden we soms overspoeld door emoties en zijn we in wezen niet zo gelukkig als we zo graag zouden willen zijn? Herken je dit? Spreekt zo'n verandering je wel aan?

Steeds nemen mensen zich voor dingen anders te doen, maar heel vaak lukt het ze niet om het in de praktijk toe te passen, zoals bijvoorbeeld onze goede voornemens met Oud-en-Nieuw. Onze wil alleen blijkt vaak niet genoeg om onszelf te veranderen. Vrijwel altijd zijn het niet goed verwerkte emoties die ervoor zorgen dat we (onbewust) situaties creëren of in stand houden, die we (bewust) helemaal niet willen. Onbewust 'saboterend' we zo onszelf.

**WAAROM?!** Het antwoord zit in jou. Er zijn vele methodes die kunnen helpen om tot inzichten te komen. Ik heb me gericht op de NEI®-methode, die ontwikkeld is door de Nederlandse arts Roy Martina en wellicht kan ik je helpen het antwoord te vinden op de vraag hoe je je potentieel volledig kunt benutten. Want je hebt alles in je om supervitaal te zijn. Iedereen kan dat.

## **WAAROM NEI®**

NEI® staat voor Neuro Emotionele Integratie ofwel Never Ending Inspiration. Hiermee kun je de herkomst van je emoties ontdekken. Het geeft inzicht in je gedrag en je leert belemmerende emoties te veranderen in stimulerende. Je gevoelskant en je intuïtie ontplooiën. Leren luisteren naar wat je hart je ingeeft. Handelen met verstand en gevoel in balans.

Emoties... We hebben een vaag idee over wat ze zijn, terwijl ze ons leven voor een belangrijk deel sturen. Dat sturen kan in ons voordeel zijn, maar ook in ons nadeel. Werken emoties eenmaal in ons nadeel, dan kunnen we daar een leven lang last van hebben. Ons onderbewustzijn registreert alle gebeurtenissen en incidenten en de emoties die daarbij worden ervaren. Zolang ons gevoel en ons denken daarbij in balans zijn, is er niets aan de hand. Blijven de emoties echter 'hangen' in ons gevoel (dat zetelt in onze rechter hersenhelft), dan spreken we van onverwerkte emoties, die – later - blokkades kunnen vormen. Verwerkte en onverwerkte emoties zijn de basis van onze emotionele realiteit. De emotionele realiteit bepaalt je gedachten en gedragingen, hoe je de wereld om je heen ziet en ervaart en hoe jij je aan die wereld laat zien. Iets is alleen zoals jij het interpreteert of ooit geïnterpreteerd hebt. Een metaforisch voorbeeld:

Stel dat je bang bent voor honden. Honden zijn niet eng, jij vindt ze eng (emotionele realiteit). Het kan zijn dat je in je jeugd een keer gebeten bent en nu ben je nog steeds bang dat het weer gebeurt. Je wilt niet bang weglopen, je wilt op zijn

minst de keuze hebben om te kunnen blijven staan. Maar door de emotionele blokkade sla je telkens weer op de vlucht. Is het niet fysiek, dan toch zeker emotioneel, want je hebt ooit opgeslagen dat honden eng zijn. Je hebt geen keuze.

NEI® kan je helpen je keuze terug te vinden. Inzicht te krijgen in je emotionele realiteit om daar de blokkades op te ruimen. Antwoorden vinden die je nodig hebt om te kunnen zijn wie je in je kern bent. Bijvoorbeeld iemand die niet bang is voor honden.

De NEI®-test vertelt ons wanneer een bepaalde blokkade is ontstaan, welke incidenten en welke emoties daarbij hoorden. Door NEI® kunnen we het integreren en loslaten, zodat het onderbewuste er niet langer door wordt ondermijnd. NEI® maakt dus vrij!

## **WAT IS NEI®**

NEI® is gebaseerd op de veronderstelling dat psychologische problemen en lichamelijke klachten meestal voortkomen uit onverwerkte emoties die zich in het onbewuste en in onze cellen of organen hebben genesteld. Veel mensen streven naar een optimale gezondheid, een fantastisch huwelijk en een glanzende carrière, maar daar komt weinig van terecht wanneer het onbewuste de hakken in de grond zet en hun doelstellingen dwarsboomt. Zo is het mogelijk dat iemand zegt dat hij veel geld wil verdienen terwijl zijn onbewuste van mening is dat dit ten koste van zijn huwelijk zal gaan. Hij is dan niet congruent met wat hij zegt te willen. Congruentie betekent dat we ons helemaal inzetten voor dat wat we willen bereiken.

Dit is het uiteindelijke doel: inzicht krijgen in onze dieper liggende overtuigingen en daardoor een toestand realiseren waarin het bewuste en het onbewuste (ook wel 'onderbewuste' genoemd) als een harmonische eenheid samenwerken. Dan kun je bijna alles bereiken wat je wilt.

## **HOE WERKT NEI®**

Door middel van een spiertest onderzoek ik welke uitspraken een stressreactie veroorzaken. Het lichaam fungeert daarbij als leugendetector omdat men aanneemt dat een incongruente uitspraak de spier onmiddellijk zal verzwakken. Zo kan ik bijvoorbeeld vaststellen of iemand inderdaad congruent is met een bepaalde uitspraak. Is dat niet het geval, dan onderzoek ik welk orgaan het meest gestresst wordt. Op het moment dat dan de juiste emotie wordt genoemd, geeft het onbewuste een teken door de spier te verzwakken. (Volgens de oude Chinese geneeswijze zijn de organen namelijk verbonden met bepaalde emoties.)

Er wordt een brug geslagen tussen de huidige situatie en de eerste keer dat een bepaalde emotie niet goed is verwerkt. Dit allereerste onverwerkte incident ligt aan de basis van de latere problemen. En zo wordt het mogelijk om met je verstand en gevoel van nu de ervaring van toen opnieuw te verwerken en de balans tussen beide te bewerkstelligen.

Belangrijk is daarbij dat het er niet om gaat wat de exacte waarheid is, maar hoe we zelf de dingen hebben ervaren, de Emotionele Realiteit. Is het niet een bekend fenomeen dat, wanneer drie mensen dezelfde gebeurtenis meemaken, er drie verschillende verhalen ontstaan, gebaseerd op de persoonlijke ervaringen en interpretatie van elke persoon afzonderlijk?

## **VOOR WIE IS NEI®**

NEI® is een methode om inzicht te krijgen in emotionele blokkades die je fysiek en psychisch kunnen belemmeren. Het is een ontdekkingsreis naar je ware persoonlijkheid, een zoektocht naar onverwerkte emoties, om ze met andere ogen te bekijken en ze los te laten.

NEI® is voor personen die de touwtjes van hun leven stevig in eigen handen willen krijgen. Die los willen komen uit een in het verleden vastgelegd patroon en die hun keuzemogelijkheden sterk willen uitbreiden. Die hun belemmeringen willen ontmaskeren en neutraliseren. Die zich de verantwoordelijkheid voor het eigen leven bewust zijn.

NEI® is dus voor iedereen die actief aan de eigen vitaliteit en gezondheid wil werken.

Denk je dat NEI® ook iets voor jou is? Wil je kennismaken met NEI®? Bel me gerust voor een afspraak.

Een consult duurt ongeveer een uur en kost € 50,00.

Een kennismakingsgesprek van een uur kost € 35,00.

Prijswijzigingen voorbehouden.

Afzeggen is kosteloos tot uiterlijk 2 werkdagen voorafgaand aan de afspraak. Bij afzegging binnen 24 uur wordt 50% in rekening gebracht, met uitzondering van overmachtsituaties. Bij niet verschijnen zonder afzeggen wordt 100% per factuur in rekening gebracht.



Praktijk voor emotionele groei  
Christine Biesheuvel  
NEI®-therapeute

Mijn adres is: Keijenborgseweg 16,  
7021 LT Zelhem  
telefoon: 0314 - 640649.  
e-mail: [info@andersmetnei.nl](mailto:info@andersmetnei.nl)  
[www.andersmetnei.nl](http://www.andersmetnei.nl)

1 januari 2017

☀ Beslis zelf over je gezondheid!

Om deze harmonie te bereiken moet je op verschillende terreinen verantwoordelijkheid nemen. Je moet bereid zijn te investeren in jezelf. Ziekte is een signaal dat we stil moeten staan, naar onszelf kijken en evalueren hoe wij onszelf voorbijlopen.

☀ Zoeken in jezelf...

Iedereen is op zoek in het leven, dit varieert van succes, macht en roem tot geluk, innerlijke vrede en liefde. Ik ben ook op zoek, maar die zoektocht vindt voornamelijk plaats in mezelf en daar vind ik de meeste antwoorden, wanneer ik stil ben en goed luister.

☀ Rust en kracht...

Ik wil anderen ondersteunen dezelfde rust en liefde in zichzelf te vinden. We zijn veel minder behoeftig en veel meer in onze kracht wanneer we niets meer hoeven te bewijzen of te forceren en we ons kunnen gedragen zoals we zijn en niet opdat we aardig worden gevonden. Dat geeft mij enorm veel rust en ook de kracht om mezelf te tonen zoals ik ben.

☀ Durven te voelen...

Ik ervaar kracht in mijn kwetsbaarheid. Mijn leven - en dat van vele anderen - is door NEI® veranderd en ik wil dit graag met je delen. Wat ik het allerbelangrijkste vind .... mensen laten weten dat ze zichzelf en het leven niet zo serieus moeten nemen, we stressen ons teveel. Ik laat je zien dat het anders kan. Als je daarin geïnteresseerd bent en je wilt zelf beslissen over je gezondheid, dan zie of hoor ik je graag. Tot dan.