

Prikkels -intern, extern en buitenzintuiglijk

Door Jacqueline Verhaegh

Prikkels zijn alle signalen die via je zintuigen bij je binnenkomen en hersenen prikkelen. Je zintuigen zijn: horen, zien, proeven, ruiken, voelen. Voelen doe je met je handen, je huid.



Dus lichamelijk via aanraking. Maar je kan ook energetisch voelen; het oppakken van emoties, sfeer en intenties. Gedachten en gevoelens van anderen worden uitgezonden in de vorm van energie. Als je daar gevoelig voor bent, pak je ook 'onzichtbare' signalen op. Alles wat onzichtbaar is noem ik energie en valt onder de noemer prikkels.

Elke seconde nemen we 4,2 miljoen prikkels waar; visuele, auditieve en andere zintuiglijke

indrukken. Al deze prikkels worden in de hersenen gefilterd tot zes tot negen prikkels waarvan we ons bewust zijn. Je kan ze gewoonweg niet allemaal bewust zijn, dat is onmogelijk. Anders kunnen we niet normaal functioneren.

Wees maar eens 1 minuut stil en neem per zintuig waar. Ervaar wat er allemaal binnenkomt via je gehoor, je neus, wat zie je allemaal, wat voel je en wat proef je?

Als een prikkel niet goed wordt verwerkt, wordt het ergens in je lichaam opgeslagen. Voor je lichaam en geest is dit ballast waardoor ziekte, pijn en andere klachten kunnen ontstaan op fysiek, emotioneel, psychisch, mentaal en energetisch niveau. De klachten zullen verdwijnen, als het teveel aan prikkels uit je systeem is. De NEI-therapeut kan testen voor welke prikkels je overgevoelig bent, of je uit balans bent omdat je overprikkeld bent, hoe je je kan beschermen tegen die prikkels.

Prikkels kunnen opgesplitst worden in drie categorieën:

- externe prikkels
- interne prikkels
- buitenzintuiglijke prikkels

Externe prikkels

Met externe prikkels worden de prikkels die van buitenaf komen bedoeld. Je opvoeding, normen en waarden die je hebt meegekregen, maar ook allerlei overtuigingen. Zo kan je overtuigingen hebben overgenomen, zonder dat je je ervan bewust bent. Dit kunnen belemmerende overtuigingen zijn zoals "het is niet veilig", als je bijvoorbeeld bent opgegroeid in een gezin waar veel werd geruzied. Het kan zijn dat je dan al van jongs af aan



al op zoek bent naar bevestiging, erkenning of liefde, één van de basisbehoeften. Als er een gemis is in een basisbehoefte, kan je er je hele leven (onbewust) naar op zoek zijn. Al die tijd blijf je je identificeren met het kleine kind in jezelf dat zich tekort gedaan voelt. Op die manier kunnen op onbewust niveau ook saboteurs ontstaan. Een deel in jou, dat het idee heeft je te moeten beschermen tegen de boze buitenwereld. En zo ontstaat bijvoorbeeld wantrouwen of juist een deel in je dat stoer en brutaal is om te laten zien, dat je niet bang bent.



Als je ouders altijd tegen je hebben gezegd dat je nooit hoog zal presteren omdat je niet slim genoeg bent, ga je erin geloven en zo ontstaan overgenomen overtuigingen zoals "ik kan dat niet". Als je (hoog)gevoelig bent, kan je ook emoties of energieën hebben overgenomen van familieleden of anderen.

Met externe prikkels worden ook geuren, kleuren, voorwerpen, geluiden, wind, temperatuur, licht, donker, aanraking en kleding bedoeld. Maar ook emoties van anderen, energie dat je oppakt uit een gesprek, informatie uit een boek of van tv. Zo geeft een middagje shoppen heel veel diverse prikkels tegelijkertijd.

Ook onzichtbare straling, valt onder de externe prikkels. Dit zijn prikkels uit je omgeving en kunnen de kwaliteit van je gezondheid beïnvloeden. Elektrosmog wordt veroorzaakt door magnetische straling van alle elektriciteit zoals de tv, mobiele telefoons, laptop, WiFi, bluetooth, woonhuisbeveiligingsystemen, computerspelletjes, wekkerradio, stopcontacten, dimmers, elektrische deken of waterbed, magnetron, mobiele babyfoons, inductiekookplaat, hybride auto, zendmasten, windmolens. Dit worden ook hoog- en laagfrequente straling genoemd. Deze is opgebouwd uit zowel elektrostatische als elektromagnetische en magnetische straling.

Geopatische belasting komt voort uit wateraders, leilijnen en aardstralen. Ze zijn elektromagnetisch van aard en zijn voor de mens, verstoringen onder de grond. Maar ze kunnen het zenuwstelsel belasten, wat vermoeidheid en een tekort aan mineralen kan betekenen.



Ook de stand van de maan en de planeten zijn elektromagnetisch van aard en verstaan we onder de externe prikkels. Ook kunnen energieën zoals bijvoorbeeld engelen en gidsen invloed hebben op je gesteldheid.



Oefening die helpt te beschermen tegen externe prikkels

Ga lekker liggen op je bed of op een matje op de grond.

Voel hoe je ligt, hoe je lichaam de grond raakt. Adem diep in en uit. Leg je handen op je buik en voel je ademhaling. Beweeg mee met het op en neer gaan van je buik. Sluit je ogen.

Stel je voor dat je op een prachtig grasveld ligt. Het gras is net gemaaid, dus je ruikt heel goed de geur van het gras. De zon schijnt en je voelt jezelf heerlijk warm worden van de zonnestralen. Om je heen groeien bloemen, struiken en planten. Er staat ook een boom op het grasveld. Kijk maar eens wat het voor een boom is en hoe de boom eruit ziet.

Terwijl je daar zo lekker ligt, merk je dat het begint te waaien. De zon verdwijnt achter de wolken. Je ligt ineens niet meer zo lekker...

En ineens voel je dat er heel voorzichtig een onzichtbare deken over je heen gelegd wordt. Het is jouw bescherm-deken. Je krijgt deze deken van jouw engel. Jouw beschermengel. Het voelt zo fijn en veilig, die beschermdeken... heerlijk!

Kijk maar eens hoe de deken eruit ziet, zie je kleuren, hoe voelt de deken?

Deze deken is er altijd voor jou. Je kan de bescherm-deken altijd om je heen leggen.

De bescherm-deken zal jou altijd het gevoel van veiligheid geven. Alleen jij kan jouw deken voelen en misschien ook wel zien...

Interne prikkels

Alles wat je tot je neemt, eet, drinkt, inademt worden interne prikkels genoemd. Het laat iets zien over je lichamelijke conditie; ben je gezond en fit of heb je veel pijn en ben je moe? Hoe zit je in je energie? Ben je vrolijk, opgewekt of passief en treurig?

Voeding, medicijngebruik, alcohol, drugs, vaccinaties, miasma's, prikkelverwerking, pijn en ontstekingen behoren tot de interne prikkels. Maar ook allergieën, intoleranties, afvalstoffen, de werking van je hersenen en je ademhaling horen in dit rijtje thuis.

Bewust zijn van interne prikkels

Stel jezelf een aantal vragen, want ben je neutraal als het gaat om jezelf? Ben je jezelf bewust wat er allemaal in je afspeelt? Durf je alle thema's onder ogen te komen? Heb je een doel en ga je je eigen weg, richting dat doel of maak je steeds zijwegen? Waarom ga je een zijweg in? Wat zoek je? Waar verlang je naar? Zoek je het buiten jezelf?



Weet dan dat alle antwoorden in jezelf zitten. Een leegte opvullen kan alleen van binnenuit.

Ben je allergisch? Waarvoor en wat wilt dat jou zeggen?

Wat eet je, is dat voedend genoeg voor jou? Is het gezond voor jou? Voed je jezelf ook met positieve gedachten of niet?



Buitenzintuiglijke prikkels

Het woord 'paranormaal' betekent: alles wat buiten het normale valt, wat niet kan worden bewezen. Het zesde zintuig is sterk ontwikkeld, waardoor je buitenzintuiglijke prikkels waarneemt, naast de vijf zintuigen waarvan iedereen prikkels ervaart. Met dat zesde zintuig maak je contact met het universum, waardoor er sprake is van een spiritueel bewustzijn. Het vermogen om dingen te weten en zien, die je eigenlijk niet zou kunnen weten of zien. Er is geen logische verklaring voor. Er zijn vele zaken die bij het paranormale horen.

Een aantal buitenzintuiglijke waarnemingen zijn: helder horen, helder zien, helder weten, helder voelen, helder ruiken, contact met engelen, gidsen, entiteiten, elfjes e.d. Aura's en meridianen zien, voelen, horen, telepathisch vermogen, visioenen zien, dromen met boodschap, automatisch schrijven, contact met de natuur en daar boodschappen van krijgen.

Buitenzintuiglijke waarneming wordt ook wel ESP (Extra-Sensory Perception) genoemd, ontdekt door Sir Richard Burton in 1870. ESP is wetenschappelijk bewezen door parapsychologen. Zij hebben het bestaan van buitenzintuiglijke waarnemingen tussen 1974 en 2008 aangetoond in 108 publicaties. Het onderzoek is gedaan in laboratoria over de hele wereld.

Volgens het holistische denken, kent de mens veel verschillende levens. Je hoort jonge kinderen weleens tegen hun ouders zeggen: "maar mijn echte papa en mama wonen op een heel klein eiland, ver weg van hier". Ze verwijzen daarmee naar een vorig leven. Buitenzintuiglijke prikkels, gaan voorbij wat we weten en kunnen bewijzen.

In contact met een engel

Praat hardop of in gedachten.

Vraag wie de engel is en wat hij komt doen. Stel je vraag vriendelijk, maar duidelijk. Dus op een toon waardoor de engel zich aangesproken voelt zodat hij/zij antwoord zal geven. Is de



energie goed, dan mag je ervan uit gaan dat de engel het goed voorheeft met je. Herhaal de vraag als de engel geen antwoord geeft. Als de engel geen antwoord wilt geven, kan je tegen de engel zeggen: "Vertel me wie je bent en wat je komt doen. Het is de wet van het universum om mij antwoord te geven. Geef je me geen antwoord, ga dan naar het licht". Je kan natuurlijk ook gewoon zeggen dat de engel weg mag gaan als je er last van hebt.



Overprikkeling

Wanneer je teveel prikkels in je systeem hebt zitten, heet dat overprikkeling. Dat ontstaat als er teveel informatie (via de zintuigen) wordt ontvangen, dan dat er verwerkt kan worden. Je lichaam en geest, je hersenen en zenuwstelsel zijn letterlijk overprikkeld en gaan protesteren. Je gaat dan klachten zien die zich op alle niveaus kunnen uiten. Op fysiek niveau, mentaal, psychisch, emotioneel en energetisch. Klachten kunnen variëren van allergieën, stress en slapeloosheid tot gedragsproblematiek, ontstekingen en rugklachten.

Elke ziekte, (chronische) klacht, pijn of probleem kan ontstaan doordat er sprake is van overprikkeling. In de Traditionele Chinese Geneeskunde spreekt men dan van stagnatie in de doorstroming van de Qi (energie).

Wanneer het filter in het informatieverwerkingsstelsel in de hersenen alle prikkels doorlaat, kunnen daaruit eigenschappen voortvloeien, zoals overprikkeling of het waarnemen van emoties of energieën.

Jezelf beschermen tegen prikkels

Je visualiseert dat je onder een douche staat. Het water stroomt van boven naar beneden en neemt alle negatieve energie mee. Laat het water stromen en stromen. Alle negatieve energie stroomt naar beneden en gaat via het putje van de douche naar Moeder Aarde. Je energie wordt steeds schoner. Je gaat door totdat je het gevoel hebt dat alle negatieve energie van je af is gespoeld. Je kan deze oefening natuurlijk ook echt onder de douche doen. Trek daarna schone kleren aan, want energie gaat ook in kleren zitten.

Er zijn ook aurabeschermers, in de vorm van een spray. Deze beschermen en reinigen je aura. Ze zijn bij kinderen heel geliefd.

Blijf op zoek naar oefeningen die jou helpen te beschermen. De ene oefening kan heel goed voor jou werken, terwijl je met een andere oefening niks kan.

Gepubliceerd:

<https://www.nieuwetijdskind.com/prikkels-intern-extern-en-buitenzintuiglijk/>