



VOORWOORD

Eind jaren tachtig leerde ik Hans (Johannes) Mojet kennen, toen hij nog volop in het zakenleven zat als management consultant en interim manager. Nochtans sluimerde er toen al, door zijn intuïtieve hint in 1976, een belangstelling voor het leven buiten deze zakenwereld.

Zo kwam hij terecht bij een lezing van mij over piramide-energie en hebben we wat zitten napraten, over o.a. Hawaïaanse magie en geneeskunde en over NLP (Neuro-Linguïstische Psychologie). Later bezocht hij een tweedaagse workshop van de toenmalig laatst overgebleven Kahuna, die ik georganiseerd had. Hij heeft dus net als ik rechtstreeks mogen putten uit de Bron van millennia oude wijsheid. Daarna volgde hij een NLP-opleiding bij mij. Voor mij is NLP een soort westerse toepassing van oude Hawaïaanse kennis.

Interessant aan dit boek is ook dat Hans beschrijft hoe hijzelf en zijn vrouw Joyce hierdoor in een stroomversnelling van persoonlijke groei gekomen zijn. Bovendien heeft hij, gegrepen door de oeroude kennis van de Hawaïaanse Kahuna magiërs en genezers, voor zichzelf en in hun praktijk deze inzichten en praktische kennis toegepast en beschreven in dit boek. Een hele stap om zich te durven verdiepen in de minder grijpbare en alleen door duizenden jaren ervaring onderbouwde denkwijze van de Kahuna's.

Ik ben zelf ook door dit proces gegaan en heb er net als Hans duizendvoudig de vruchten van geplukt. De Huna levensfilosofie en vooral het vergevingsproces heeft me bewust gemaakt van het feit dat wij ons eigen leven en omstandigheden creëren. Door het proces van Ho'oponopono te volgen kreeg ik meer inzicht in dit mechanisme en kon ik een aantal blokkades opheffen, waardoor mijn leven er beter van werd. Toen ik het proces zeer praktisch toepaste op een jarenlang lopend conflict over het bezit van een stuk grond, kreeg ik diezelfde week een telefoontje van de andere partij en door een kleine toegeving werd alles opgelost.

Hans heeft er zijn levenstaak van gemaakt om mensen via Huna te begeleiden bij de oplossing van hun levensproblemen. De in dit boek genoemde Ho'oponopono meditatie stelt bijvoorbeeld iedereen in staat om zelf de eigen ontwikkeling te activeren en te versnellen.

Dit boek is een leidraad om bewust te worden, hoe jij zelf op een heel eenvoudige en praktische manier je leven richting en vorm kunt geven en hoe je rust kunt vinden en vrede in jezelf door oude ballast uit het verleden definitief op te ruimen.

Een puur zelfhulpboek is het echter niet. In een aantal situaties is het nuttig als gewenste veranderingen worden begeleid door een professionele therapeut of mentor/coach. Daarom bevat dit boek gedetailleerde beschrijvingen van de interventies voor deze professionals. Zij kunnen zich de ontwikkelde en beproefde methodiek eigen maken door deze te modelleren.

Hans heeft de gehele oude kracht en wijsheid gebundeld in een praktisch toepasbaar systeem, hier en nu.

Paul Liekens



INLEIDING

‘Levensproblemen zijn in enkele uren definitief oplosbaar,’ echode het in mijn hoofd toen ik medio september 1976 ’s morgens wakker werd. Dit klonk de gehele dag in mijn hoofd na, als een vertraagd wegstervende echo tussen de bergen. Was dit een antwoord op een door mij gestelde vraag? Maar dan wel een vraag waarvan ik me niet bewust was die gesteld te hebben, noch begreep ik wie nu dit antwoord gaf. Is het eigenlijk wel een antwoord? Het klonk me meer als een stelling of als een instructie in de oren. Als iets met een wonderlijk hoog waarheidsgehalte, dat mijn in die tijd nogal kritische levenshouding volledig overstemde. Het voelde als een confrontatie met een voor mij geheel nieuwe werkelijkheid.

Bekomen van de eerste verbazing en verwondering werd mijn kritische geest na enkele dagen weer wakker. Ik begon me af te vragen hoe levensproblemen dan binnen enkele uren opgelost zouden kunnen worden. Het enige wat ik wist was dat de toen gebruikelijke methoden om levensproblemen op te lossen uitermate veel tijd kostten. Het was me niet bekend dat er een nieuwe ontwikkeling in de psychologie was, waarmee dat sneller kon. Werkzaam als consultant bij een gerenommeerd psychologisch bureau kon ik in ieder geval mijn collega’s eens vragen wat zij wisten van

dergelijke ontwikkelingen. Zo gedacht, zo gedaan, legde ik mijn vraag aan hen voor. De reactie op mijn vraag varieerde van een glimlachend hoofdschudden tot een bulderende lach. Ik ben in mijn leven nooit harder uitgelachen dan toen. ‘Dit was ondenkbaar, om niet te zeggen grote onzin.’ En antwoordde ik op hun vraag hoe ik op dat idee kwam, dat mij dit in een droom was duidelijk gemaakt, dan volgde steevast de reactie: ‘Maar je weet toch: “Dromen zijn bedrog!”’

Alle hilariteit ten spijt liet die echo me maar niet los. Langzaam begon ik te begrijpen dat het om een boodschap aan mij ging, maar waarvan ik niet wist waar die vandaan kwam. En als die echo dat inderdaad was, dan was opletten voorlopig het beste wat ik kon doen.

Het zou nog geruime tijd duren voordat er meer duidelijkheid kwam. Een flinke burn-out maakte deel uit van mijn leerweg en verschaft me veel inzicht in het belang en in de aard van levensproblemen. De collegiale hilariteit over mijn droom leerde mij, dat om die droom uit te laten komen een andere dan de gebruikelijke denkwijze over levensproblemen nodig was. Dus rees de vraag wat het verschil dan wel zou zijn ...

Mede dankzij mijn ervaring met therapeutische hulp tijdens mijn burn-out werd ik me ervan bewust dat de hulp aan mensen met levensproblemen gebaseerd was op een bepaald mensbeeld: de mens als rationeel wezen. Dat bleek vooral uit het begrip dat mijn therapeuten mij trachtten bij te brengen voor de oorzaak van mijn problemen. Hoe je iets beschouwt, wat je voor mogelijk houdt of juist niet, bepaalt immers wat je ermee kunt, en hoe je ermee kunt omgaan.

Een voorbeeld hiervan is de verering van Maria in de rooms-katholieke Kerk als de ‘Moeder Gods’. Wie haar zo ziet zal zich daarnaar gedragen en tot haar bidden. Wie haar niet zo ziet, zal dat niet doen.

Een ander voorbeeld komt uit China, waar naar schatting 5000 jaar geleden de werking van het meridianensysteem in de mens werd ontdekt. Aanvankelijk werd deze kennis vooral ter preventie van ziekte gebruikt, later ook om pijnloos te opereren.

Een ander mensbeeld dan het rationele leek me een zeer waarschijnlijke voorwaarde om ‘levensproblemen in enkele uren op te lossen’ mogelijk te maken.

Maar welk mensbeeld daar dan voor nodig is, bleef de grote vraag.

Verder rees de vraag wat er precies onder ‘levensproblemen’ zou moeten worden verstaan. Toen ik de betekenis van het woord ‘levensproblemen’ trachtte te doorgronden, concludeerde ik dat dit menselijke problemen zijn, die bepalend zijn voor de kwaliteit van het leven. Of anders gezegd: levensproblemen zijn de door mensen ervaren persoonlijke beperkingen, die hen belemmeren om zich te handhaven in hun sociale omgeving. Handhaven wil zeggen dat zij effectief kunnen functioneren en gelukkig kunnen leven.

Deze definitie riep echter de vraag op wat dan de aard en oorzaak is van deze problemen en beperkingen. Wat doen mensen waardoor zij die problemen gaan ervaren? Beschouwingen daarover zouden onverbrekelijk verbonden zijn met bestaande mensbeelden. De toen beschikbare psychologische vakliteratuur had niet tot de snelle oplossing geleid die mij was aangekondigd. Dus zou ik in die literatuur niet de antwoorden vinden die ik nodig had. Afgezien daarvan beleefde ik weinig plezier aan literatuurstudie, want ik ben niet zo’n theoreticus.

Naar mijn aard ben ik vooral een pragmaticus. Dat wil zeggen dat ik mijn handelen eerder laat leiden door praktische toepasbaarheid, door bruikbaarheid en door een zakelijke beoordeling van feiten, dan door ideologie of theorie. Het gaat mij overigens niet alleen om harde feiten, maar ook om ervaringen die ik en/of anderen bij herhaling hebben opgedaan. Zo ontstond immers ook de ervaringsfysica waarover veel interessants te lezen is in de boeken van Gary Zukav.¹

Het leek me het beste om te beginnen met het onder de loep nemen van mijn eigen ervaringen tijdens mijn burn-out. Daarna kon ik dan de ervaringen van anderen met levensproblemen nader onderzoeken. Maar vanuit welke mensvisie ik dat zou moeten doen bleef nog steeds de grote vraag.

Het antwoord op deze vraag kwam totaal onverwacht. Vanuit een andere cultuur, namelijk de Hawaïaanse, werd mij een mensbeeld aangereikt dat zeer geschikt leek. Het bijzondere van dit mensbeeld is dat het voorziet in *intrapersoonlijke* communicatie.

Dat sloot aan op mijn eerste verkenningen met betrekking tot het

ontstaan van mijn eigen levensproblemen. Die ontstonden namelijk doordat ik onvoldoende in staat bleek mijn gevoelens te herkennen als voortspruitend uit ervaringen in het verleden. Mij leken die volledig op het moment te slaan waarin zij zich voordeden. Het gevolg daarvan was dat mijn gevoelens mijn ratio volledig buiten werking stelden, waardoor ik op dat moment apert foute beslissingen nam die ik later moest bezuren.

Intussen zijn vele jaren verstreken en heb ik het grootste deel van mijn ontdekkingsreis met betrekking tot de realisatie van mijn droom achter de rug. Een belangrijke stap op die weg was het beginnen van een eigen praktijk eind 1994 om daarin mijn droom tot uitvoering te brengen. Sindsdien heb ik veel geleerd waarvan ik eerder geen notie had. De belangrijkste oogst van die tijd bestaat, naast het helpen van cliënten, uit een aantal ontdekkingen of zo u wilt vondsten die echtgenote en collega Joyce en ik deden op het gebied van het oplossen van levensproblemen. Deze ontdekkingen of vondsten zijn van zo eenvoudige en tevens van zo belangwekkende aard, dat het me zinnig leek die op papier te zetten, opdat ook anderen er gebruik van kunnen maken.

Dit boek is dus geen wetenschappelijke verhandeling en bevat geen cijfermatige overzichten of statistische analyses. Het is een neerslag van ontdekkingen en ervaringen van Joyce en mij in onze praktijk.

De ontdekkingen/vondsten waarover het hier gaat en die in dit boek nader belicht worden, zijn de volgende:

- 1 Allereerst vonden we een ander mensbeeld dan het gebruikelijke rationele mensbeeld. Dit andere mensbeeld biedt ruimte aan non-rationele zaken in een mensenleven, waar iedereen mee geconfronteerd wordt. In het bijzonder wordt in dit mensbeeld duidelijk wat de bedoeling en betekenis is van gevoelens, hoe je daarmee kunt omgaan en hoe die de effectiviteit van handelen en het levensgeluk bepalen.
- 2 Dit mensbeeld geeft aan hoe *intrapersoonlijke* communicatie een rol speelt in effectief en gelukkig leven. Hoe deze communicatie kan helpen om levensproblemen op te lossen, en hoe door een gebrek

aan intrapersoonlijke communicatie levensproblemen juist kunnen ontstaan.

- 3 Verder laat dit mensbeeld zien hoe gedrag niet bepaald wordt door wat mensen willen, maar door hun onderbewuste overtuigingen, die bepalen tot welke acties zij in staat zijn of daarin juist beperkt worden.
- 4 Wat de verschijningsvormen van levensproblemen ook zijn, deze worden altijd veroorzaakt door een kinderlijk zelfbeeld op onderbewust niveau en door een daarmee verbonden vermeende afhankelijkheid van mensen in de omgeving.
- 5 Wanneer een mens te kampen heeft met levensproblemen, blijkt hij grote moeite te hebben om in een vijftal vaste situaties effectief te handelen. Deze situaties hebben op het eerste gezicht weinig van doen met de ervaren levensproblemen. Niettemin illustreren zij specifieke beperkingen van mensen met levensproblemen. Daarom noem ik deze ‘kernproblemen’.
- 6 Hoe gemotiveerd mensen ook zijn om hun levensproblemen op te lossen, er bestaat de mogelijkheid dat zij daarin volkomen geblokkeerd worden door een innerlijk bezwaar tegen hun persoonlijke ontwikkeling.
- 7 Wat de levensproblemen van iemand ook zijn, deze betreffen altijd de relatie met mensen in zijn omgeving en zijn dus per definitie relatieproblemen. Daarom is de meest effectieve oplossingsweg bij conflicten in (partner)relaties, om eerst de achterliggende problemen van de afzonderlijke partners aan te pakken. Daarna blijken de meesten van hen in staat zelfstandig en samen hun resterende gezamenlijke problemen op te lossen.

Het doel van dit boek is om collega-therapeuten, -coaches en -hulpverleners de gelegenheid te bieden gebruik te maken van de door ons opgedane kennis en ervaring. Het boek is daartoe opgebouwd uit vier delen.

In Deel I wordt het mensbeeld besproken dat op Hawaï zijn oorsprong vindt en dat de basis vormt van ons denken en handelen. Daarover valt overigens veel meer te vertellen dan in dit boek aan de orde komt. Hier wordt slechts besproken wat in dit kader het meest relevant is. Wie verder geïnteresseerd is verwijs ik naar onder meer de internetsite van Huna Research Inc.

In Deel II wordt besproken hoe levensproblemen ontstaan en hoe gebrek aan intrapersoonlijke communicatie hierin een belangrijke factor is. Daaruit wordt dan tevens duidelijk dat adequate intrapersoonlijke communicatie uitermate nuttig is bij het oplossen van levensproblemen, en het voorkomen daarvan.

In Deel III worden de werkwijzen beschreven waarmee wij de afgelopen zeventien jaar circa zeshonderd cliënten hielpen om hun levensproblemen definitief op te lossen. Na een intakegesprek van anderhalf uur zijn normaliter drie tot vier werksessies voldoende. In totaal beslaat het proces meestal minder dan zes uur. Dit geldt ook voor cliënten die eerder elders hulp kregen zonder bevredigend resultaat.

De in de loop der tijd ontwikkelde werkwijzen zijn van dien aard dat deze voor menig professioneel therapeut, coach of hulpverlener hanteerbaar zijn. Reden waarom ik onze ervaringen, ontdekkingen en vondsten door middel van dit boek graag beschikbaar stel aan iedere professional die er gebruik van wil maken om zijn/haar cliënten snel en effectief te helpen. Ook leidinggevend en personeelsfunctionarissen zouden er hun voordeel mee kunnen doen.

Ofschoon het delen en overdragen van ervaring lastig is, kan de techniek van modellering daarbij wel helpen. Modellering werd in feite al gebruikt door de gilden als die hun leerlingen opleidden tot meesters, al heette dat toen nog niet zo. Het is een methodiek die wordt gebruikt om werkwijzen van anderen te leren door die werkwijzen zo perfect mogelijk na te doen. De geïnteresseerde lezer zou op overeenkomstige manier onze werkwijzen kunnen gebruiken, om daar zelf ervaring mee op te doen en er mogelijk wat aan toe te voegen. Daarom heb ik getracht dit boek zo te schrijven, dat het zoveel mogelijk hulp biedt bij modellering.

Ten slotte vind je in Deel IV een viertal bijlagen.

Bijlage 1 wordt gevormd door de tekst van de folder *Effectief Gedrag Ontwikkelen* die in onze praktijk ons werk bij nieuwe cliënten introduceert. Zij ontvangen deze folder na het eerste, meestal telefonische, contact om hen in kort bestek te informeren over onze missie en werkwijze.

Bijlage 2 behandelt de door ons gebruikte spiertest die gebruikt wordt voor het testen van onderbewuste overtuigingen van cliënten.

Bijlage 3 wordt gevormd door een checklist voor vroege diagnose van potentiële uitvallers in het arbeidsproces.

Bijlage 4 geeft een overzicht van door cliënten benoemde problemen die zij ervoeren als levensproblemen met zowel een negatief effect op hun effectiviteit van handelen als op hun levensgeluk.

Wie een dikker boek verwachtte dan wat nu voorligt, wijs ik erop dat wat wij vonden in feite heel simpel is. Wie de uitdaging aangaat om onze gedachtegang consequent te volgen zal ontdekken hoe gemakkelijk mensen met problemen geholpen kunnen worden, mits die mensen daar behoefte aan hebben. Voldoende motivatie om hun problemen op te lossen is ook in onze werkwijze een eerste vereiste voor succes.

Onder hulpverleners (in de breedste zin van het woord) en cliënten zijn zowel vrouwen als mannen. In de tekst van dit boek gebruik ik voornamelijk de mannelijke vorm om niet voortdurend in hij/zij, zijn/haar en dergelijke te hoeven vervallen.

Deel I

MENSBEELD



1

INTRAPERSONLIJKE COMMUNICATIE

Communicatie wordt over het algemeen beschouwd als een uitwisseling van gedachten, meningen, informatie en gevoelens tussen mensen. Dat is dus *interpersoonlijke* communicatie. Mijn intuïtieve hint in 1976 kreeg ik vanuit mijn innerlijk en niet van iemand anders. Dat is dus *intrapersoonlijke* communicatie. De definities die ik daarvan vond gaan nauwelijks verder dan: ‘communicatie met jezelf’. Is dat zoiets als de hond die in zijn eigen staart probeert te bijten en in zijn eigen kringetje blijft rondtollen?

Als het over communiceren gaat is er steeds sprake van minstens twee objecten die daartoe met elkaar in verbinding staan. Dat kunnen mensen zijn maar evengoed buizen die met elkaar verbonden zijn. Die buizen heten in de natuurkunde communicerende vaten. Als een mens met ‘zichzelf’ kan communiceren, moet hij wel beschikken over een of meer herkenbare ‘objecten’ buiten zijn brein waarmee gecommuniceerd kan worden. In het beeld van de rationele mens kan ik die objecten echter niet plaatsen. Daar is slechts sprake van het brein, de bewuste geest. *Intrapersoonlijke* communicatie is dan dus onmogelijk. Maar welk mensbeeld onderscheidt dan wel een of meer voor intrapersoonlijke communicatie geschikte objecten waarmee het brein kan communiceren?

Een toelichting op het begrip intrapersoonlijke communicatie die ik herhaaldelijk vond zegt, dat het bij ‘met zichzelf communiceren’ gaat om het ordenen en overwegen van gedachten en gevoelens teneinde tot een conclusie of beslissing te komen. Dergelijke ordeningsprocessen spelen zich echter geheel in het brein van een mens af. Volgens deze uitleg zou intrapersoonlijke communicatie identiek zijn aan de cognitieve processen in het hoofd. Deze uitleg voegt weinig anders toe dan een tweede benaming voor cognitieve processen. Verder ontbreekt hier het aspect *uitwisseling* dat essentieel is voor communicatie, en een ander object waarmee uitgewisseld wordt.

Wie dat met zichzelf zou kunnen doen, die doet mij denken aan een zot in een oud grapje die brieven aan zichzelf schreef. Toen zijn buurman hem deze brieven zag posten en snel het adres kon lezen, vroeg die hem of hij die brieven aan zichzelf had geschreven. Wat de zot bevestigde. Op de vraag van de buurman wat er dan voor belangrijks in die brieven stond antwoordde de zot dat hij dat nog niet wist want hij moest ze immers nog ontvangen ...

Alle gekheid op een stokje, er bestaan vele ervaringen die als uiting van intrapersoonlijke communicatie kunnen worden beschouwd. Een voorbeeld daarvan is dat mensen zich weleens onprettig voelen, hoewel daartoe rationeel gezien geen directe aanleiding lijkt te bestaan. Dit doet zich bijvoorbeeld voor als iemand kritisch bejegend wordt en degene die de kritiek uit daaraan toevoegt: ‘Je vindt het toch niet vervelend dat ik dat zo zeg? Ik zeg het echt voor jouw bestwil.’ Ook al begrijpt de aangesprokene dat dit laatste inderdaad zo is, toch kan hij er een vervelend gevoel bij hebben. Waar komt dat vervelende gevoel dan vandaan als je gesteund wordt? Het lijkt erop dat mensen beschikken over een signaleringssysteem dat laat voelen in welke staat van zijn zij op een bepaald moment verkeren. Een gevoel dat los lijkt te staan van wat op dat moment logisch lijkt.

Dat geldt bijvoorbeeld ook voor plotselinge angst die iemand kan overvallen als hij een beslissing moet nemen. Het kan daarbij gaan om de angst om een verkeerde beslissing te nemen of de angst om een vervelende ervaring op te doen. Ook dan is vaak niet duidelijk waar die angst vandaan komt. Maar deze is er wel en kan mensen blokkeren in hun doen en laten. Wie of wat ‘triggert’ dan die angst?

Verder kent menigene het verschijnsel om ‘zomaar’ overvallen te worden door emoties. Dat kan een plotseling huilen zijn waarvoor geen aanleiding lijkt te zijn, maar ook een woede-uitbarsting. Een woede die dan vaak veel groter is dan de situatie op dat moment rechtvaardigt. Dat doet wederom de vraag rijzen wat dit meestal onbedoelde gedrag veroorzaakt.

Naast onaangename uitingen van intrapersoonlijke communicatie bestaan er ook uitingen met een positieve inslag voor degene die deze ervaart. Zo kan iemand zich plotseling van iets bewust worden zonder over dat ‘iets’ op dat moment na te denken. Bijvoorbeeld iemand die in de tuin bezig is en plotseling het antwoord op een vraagstuk van het werk te binnen schiet. Een probleem waarmee hij enige dagen tevoren wellicht worstelde en waarvoor hij toen geen oplossing vond. Die invallende oplossing wordt dan meestal in dank en met enige verwondering aanvaard. Maar waar die oplossing dan ineens vandaan komt, wie of wat die aanreikt? In ieder geval kan degene die het overkwam de informatie gebruiken bij de oplossing van zijn probleem.

Verder doen mensen wel ervaringen op via dromen en wordt op die wijze soms iets duidelijk, zonder dat daartoe een directe aanleiding lijkt te bestaan. Dat heb ik zelf ook meegemaakt. Mijn droom uit de jaren zeventig zette mij er immers toe aan om te gaan ontdekken hoe mensen geholpen kunnen worden om snel en definitief hun levensproblemen op te lossen. En het bleef niet bij ontdekken, we ontwikkelden een methodiek waar onze cliënten van profiteerden en die nu ook voor u als professional beschikbaar is.

Ook intuïtie is een voorbeeld van intrapersoonlijke communicatie omdat er geen objecten van buiten bij betrokken zijn. Op het wereldcongres over ‘Intuïtie in management’ in 1994, werd door een buitengewoon intuïtief meisje van twaalf jaar het begrip intuïtie verwoord als: ‘Je weet gewoon iets dat waar is, alleen weet je niet waar het vandaan komt.’

Bij communicatie is er altijd sprake van ten minste twee objecten waar-tussen uitwisseling plaatsvindt. In alle bovengenoemde gevallen van *in-*

trapersoonlijke communicatie wordt de informatie per definitie ontvangen van een object, al is nog niet duidelijk van welk object. En dat is ook wel logisch omdat alle bovenstaande vragen over communicatie vanuit een rationeel mensbeeld werden gesteld. Een mensbeeld waarin uitsluitend ruimte is voor het brein.

Een en ander deed de vraag rijzen in welk mensbeeld het proces of de processen van intrapersoonlijke communicatie dan wel duidelijk zouden kunnen zijn. En verder, welke communicerende objecten onderdeel van dat mensbeeld zouden moeten zijn om intrapersoonlijke communicatie te kunnen verklaren.

Een en ander leidde tot gedachten over andere dan rationele mensbeelden. Zoals het mensbeeld dat in de acupunctuur van toepassing is. Een mensbeeld waarin energiebanen, meridianen genoemd, de hoofdrol spelen in het leven en welzijn van mensen. Jarenlang kampte dat mensbeeld in de westerse wereld met het probleem dat die meridianen niet aantoonbaar waren. Dat acupuncturisten meridianen met de vingers kunnen voelen werd hier in het Westen lange tijd als een fabeltje en suggestie afgedaan. Dat de Chinezen niettemin beïnvloeding van meridianen al duizenden jaren gebruiken als geneeswijze, werd door velen slechts schouderophalend aangehoord. Sinds meridianen en de acupuncten die daarop liggen, met elektronische middelen aanwijsbaar zijn, is de twijfel over acupunctuur en aanverwante geneeswijzen enigszins afgenomen, maar zeker nog niet verdwenen. Voor rationele mensen is het soms moeilijk te aanvaarden dat er iets zou kunnen bestaan dat zij niet kunnen zien met hun ogen of niet kunnen meten met instrumenten. Zou die strikt rationele mens niet meer vertrouwen op de ‘Almetendheid’ van zijn instrumenten, dan staat ‘Onzekerheid’ voor zijn deur. Daarom zegt de Franse schrijver Antoine De Saint Exupéry in zijn boek *Le Petit Prince*: ‘Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen verborgen.’

In mensbeelden waarin ik naar parallellen zocht, vond ik in eerste instantie geen aanwijzingen voor de oplossing van het vraagstuk over de werking van intrapersoonlijke communicatie. Het antwoord op mijn vraag naar een passend mensbeeld kwam echter onverwachts toen ik in

1989 – in een ander verband – de Belgische trainer Paul Liekens ontmoette. Hij wees me de weg en bracht me in contact met een duizenden jaren oude levensfilosofie van Hawaï. Vervolgens ontdekte ik het werk van Max Freedom Long die tientallen jaren op Hawaï verbleef en die een groot gedeelte van het Geheim van Hawaï aan de daar aanwezige priesters wist te ontfutselen. Dit Geheim werd duizenden jaren lang alleen mondeling aan priesters overgedragen. De Hawaïanen kenden namelijk tot de tweede helft van de negentiende eeuw het schrift niet. Max Freedom Long maakte er zijn levenswerk van deze overgeleverde levensfilosofie zo goed mogelijk te beschrijven. Hij noemde dit geheim van de priesters Huna, het Hawaïaanse woord voor Geheim.

Wie zich hierin verder wil verdiepen verwijs ik naar de internetsite van Huna Research Inc. waarop veel materiaal beschikbaar is. Daar vond ik onder meer het boek *The Secret Science behind Miracles* van Max Freedom Long dat bij hen in pdf-formaat te verkrijgen is.²