



Ken jezelf

Wie zichzelf niet kent,
kent ook de wereld niet.

**Habe Mut,
dich deines eigenen
Verstandes zu bedienen!** Immanuel Kant

Bewustzijn 3.0

Pleidooi voor een reëel humanisme

Grondbeginselen van de
Identiteitgeoriënteerde Psychotraumatheorie
en -therapie (IoPT)

Vertaling uit het Duits: Margriet Wentink

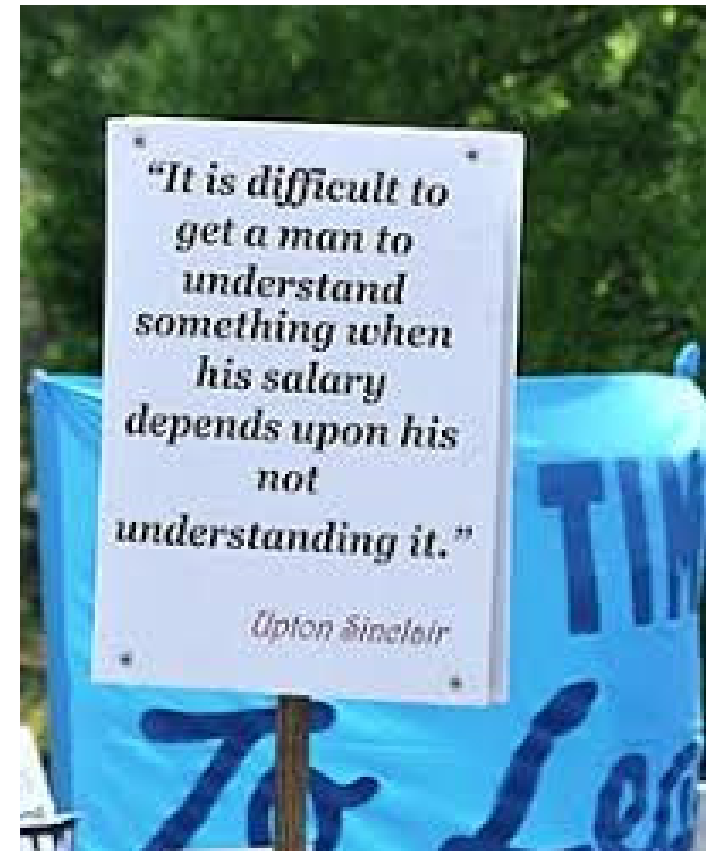
?“Wiens brood ik eet, diens woord ik spreek...”?

- Ik houd deze lezing niet in naam en opdracht van de universiteit waaraan ik ben aangesteld.
- Ik ben ook verder niet financieel afhankelijk van een andere hier niet nader genoemde instantie.
- Ik vertegenwoordig geen wereldbeschouwelijke standpunten van een hier niet nader genoemde organisatie



Echte versus pseudowetenschap

- Bij echte wetenschap telt het argument, zonder aanzien des persoons (bijv. titel).
- Gekochte, door existentiële angsten en afhankelijkheid geplaagde wetenschappers, journalisten, leraren, rechters, politici wekken de schijn van wetenschappelijkheid en produceren ideologieën die ver weg staan van de realiteit.
- Ideologieën doen de realiteit geweld aan en daarmee ook ons mensen.



Mensen zijn

- aantrekkelijk, bijzonder, charmant, dankbaar, serieus, vredig, goed, behulpzaam, intelligent, slim, liefdevol, moedig, tolerant, open, vol potentie, opgewekt, rustig, solidair, trouw, behoedzaam, voorzichtig, wijs, vol vertrouwen



Mensen zijn

- opschepperig, onnozel, heetgebakerd, leeghoofdig, naïef, laf, hebzuchtig, achterbaks, een oplichter, een slijmbal, een lasteraar, een haantje, een nietsnut, belerend, ijdel, herrieschoppers, wraakzuchtig, gestrest, tiranniek, onderworpen, verraders, weerzinwekkend, pooier



Mensen zijn

- Ambivalent, beschamend ten opzichte van zichzelf, onverschillig tegenover zichzelf, hard tegen zichzelf, afgesplitst, in zichzelf verscheurd, bekrompen, zelfbeschadigend, vol zelfverwijt, suïcidaal ...



Menselijke problemen zijn

- Natuurlijk (aardbevingen, tsunami's, overstromingen, vulkaanuitbarstingen, bosbranden)
- Door mensen veroorzaakt (armoede, bankencrisis, bommen, drugsgebruik, geweld, oorlogen, kindercrèches, milieudestructie, economische crises)
- **Waarom veroorzaken mensen problemen voor zichzelf en anderen?**
- **Waarom zijn zij niet in staat deze problemen op te lossen?**



Voorbeeld: vroege verzorging door vreemden, als een door mensen veroorzaakt probleem

- Vroege en langdurige verzorging door vreemden (kinderopvang, gastouderopvang, grootouders) voor kinderen jonger dan 12 maanden wekt bij hen langdurige stress op waardoor zij gedwongen worden zich af te splitsen.
- Hele generaties kinderen worden daardoor vroeg getraumatiseerd en in hun ontwikkeling zwaar beschadigd.



Probleemoplossing 1.0: Spiritualisme

- **Theorie:** geesten, demonen, goden scheppen en beheersen de wereld en de mensen. Wat er gebeurt is een beschikking van het lot.
- **Praktijk:** veelvuldige religieuze rituelen, om deze hogere machten gunstig te stemmen en met hen in overeenstemming te komen
- **Doel:** zoeken naar vrijheid bevrijd van het aardse bestaan

Probleemoplossing 2.0: Materialisme

- **Theorie:** Alles is fysica en chemie; psyche, ziel, ik, vrije wil zijn ook slechts materiele toestanden/hersentoestanden, subjectiviteit verhindert de objectieve wetenschap.
- **Praktijk:** streven naar het bezitten van dingen; therapieën, die op lichamelijke „symptomen“ gefixeerd zijn, die gerangschikt zijn naar „ziektebeelden“, zonder aandacht te hebben voor de psychische samenhang.
- **Doel:** zoeken naar objectieve wetten en noodzaken, streven naar materieel bezit en wereldcontrole.

Het huidige wereldwijde op concurrentie, geld en techniek gefixeerde politieke en economische systeem is een uiting van **Bewustzijn 2.0** met een uitbreiding vanuit **Bewustzijn 1.0**

Het huidige wereldwijde op concurrentie, geld en techniek gefixeerde politieke en economische systeem

- is niet primair gericht op de behoeften van mensen, maar op vermeerdering van geld en op het behoud van politieke macht.
- bevredigt slechts in beperkte mate de menselijke basisbehoeften (water, eten, wonen, lichamelijke gezondheid,...) en is slechts voor het economisch gezien rijke deel van de mensheid.
- scheidt steeds nieuwe onoplosbare problemen. (Conflicten tussen verschillende staten of binnen een samenleving, nieuw vergif, nieuwe straling, atoomafval, verontreiniging van akkerland, door mensen gecreëerde ziekten, oorlogen ...).
- roept maatschappelijke systemen in het leven die niet gebaseerd zijn op gezonde psychische structuren.
- verkracht de realiteit met de irreële geestelijke constructen van diegenen die macht en invloed hebben (bijv. 'duizendjarig rijk')
- vertoont een collectief zelfvernietigingsprogramma.

„Afgelopen jaar stonden we nog
aan de rand van de afgrond.

Dit jaar zijn we een wezenlijke stap
verder!“

Doel op zichzelf of middel om een doel te bereiken?

- Voor het bewustzijn 1.0 en 2.0 is het mens zijn geen doel op zich.
- Mensen ervaren in deze staat van bewustzijn geen onvoorwaardelijke liefde voor zichzelf en voor de wereld waarin zij leven.
- Vanuit hun verwarring op identiteitsniveau, dat wil zeggen: vanuit hun dader- en slachtofferhouding, maken zij elkaar tot middel om de doelen die zij vanuit hun overlevingsstrategieën nastreven te behalen.

Excursie: Macht

- Macht als idee om met geweld orde te scheppen en nood te ledigen.
- Macht brengt onmacht voort.
- Mensen die aan de macht zijn hebben de tendens almachtideeën te ontwikkelen, omdat zij in hun machtspositie daders worden.
- Almacht brengt chaos en noodsituaties voort.
- Het behouden van de macht wordt doel op zichzelf.
- Vuistregel. In de verhouding tot macht weerspiegelt zich de vader – kind relatie.



Excursie: Geld

- Geld is een bedachte fictie, die iedereen en alles een abstracte waarde toekent.
- Geld is alleen iets waard als iedereen daarin gelooft.
- Omdat geld het onderscheid tussen arm en rijk veroorzaakt, moet het geloof in geld met geweld worden doorgedrukt.
- Dit geldsysteem oefent dan macht uit over zowel rijken al armen.
- Het wordt tot doel op zichzelf, waaraan alle mensen zich onderwerpen.
- Vuistregel: in de verhouding tot geld spiegelt zich de relatie tot de moeder.



Excursie: Coronavirus-Verwarring

- Omdat het gevaar van een virus zogenaamd wetenschappelijk is bewezen, wordt elk verdere wetenschappelijke discussie gestopt.
- Uit angst voor een verstikkingsdood (SARS-CoV-2) worden gelijk alle mensen door middel van neus-mondmaskers verstikkingsvoorwaarden opgelegd.
- Uit angst voor massasterfte worden alle mensen voorwaarden opgelegd die hen de levensvreugde ontnemen.
- Wil de gezondheidszorg door corona-patiënten kunnen instorten, dan wordt meteen de ineensstorting van alle maatschappelijke systemen (politiek, wetenschap, onderwijs, cultuur, sociale systeem) in scène gezet („Lockdown“).
- Omdat nu solidariteit van iedereen wordt gevraagd, wordt iedereen die niet braaf meedoet afgezonderd, bewaakt en buitengesloten.
- Omdat oude inentingsmethoden bijwerkingen hebben, wordt een nieuwe inentingsmethode gepropageerd, waarvan de gevolgen nog helemaal niet onderzocht en niet te overzien zijn.
- In naam van de bescherming van de gezondheid van individuen die risico lopen, wordt de gezondheid van allen zwaar beschadigd, omdat het uiteindelijk weer om macht en geld gaat.



Pandemie 2020

- Er is een nieuw ziektebeeld ontdekt: de „zieken zonder symptomen“.
- Vroeger noemde men hen gewoon „gezond“.

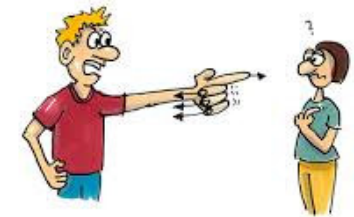
Georg Orwell (1984)

- Oorlog is vrede
- Vrijheid is slavernij
- Onwetendheid is kracht

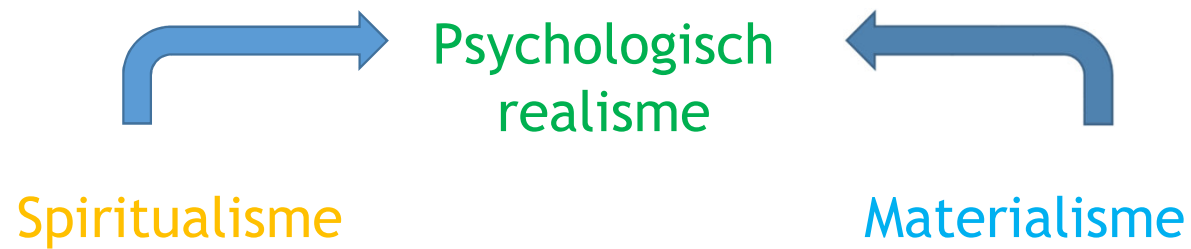
De eigen menselijke destructiviteit (onberekenbaarheid, onbetrouwbaarheid, oncontroleerbaar, in het verborgene werken, ziek maken en doden) wordt geprojecteerd op een virus.



Denigrerende uitlatingen over anderen („covidioot“, „rechtsradicale“, „complottheoretici“ ...) zijn in wezen uitspraken over henzelf.



Bewustzijn 3.0



De Identiteitgeoriënteerde Psychotraumatheorie en Therapie (IoPT)

biedt een synthese tussen
Spiritualisme (1.0) en Materialisme (2.0)

Zowel het idealistische als het trans-humanisme
wordt zo een reëel humanisme.

Kernconcepten van IoPT

- Identiteit
- Psyche
- Trauma

Definitie van identiteit

Ik ben de som van
zowel al mijn bewuste
als al mijn onbewuste
levenservaringen
vanaf het begin van mijn
leven.

Identiteit ontstaat niet

door **identificatie**: ik = mijn moeder, mijn vader, mijn familie, mijn vrienden, mijn partner, mijn kinderen, mijn beroep, mijn bedrijf, mijn land, mijn religie, mijn voetbalvereniging...

door **vergelijkingen** met anderen: ik ben mooier, beter, sneller, intelligenter ... dan ...

door **afgrenzingen**: ik ben geen zwarte, moslim, jood, asielzoeker, buitenlander...

Ze ontstaat uitsluitend door verbonden te zijn met zichzelf en de eigen biografie.



Het begin van het leven.

- Het ongeboren kind is vanaf het begin van zijn leven = vanaf de versmelting van ei- en zaadcel, een subject met een psyche
- Het kind beïnvloedt het moederlijke organisme zodat zij hem ter beschikking staat
- Het moederlijke organisme tolereert dat of zij verzet zich daartegen
- Ca. 6 dagen na de bevruchting vindt innesteling in de baarmoeder plaats in een immunologisch vacuüm
- Het kind scheidt voor zichzelf in de baarmoeder een eigen omgeving (een vruchtzak, placenta, navelstreng)
- De psyche ontwikkelt zich vanaf het begin af aan



Angst en afhankelijkheid als *Conditio Humana* voor de *Homo Sapiens*

- Door het rechtop gaan lopen is een bekkenring nodig die benen en romp stabiel verbindt.
- Deze beperkt de mogelijkheid om kinderen in de buik te dragen en de „draagtijd “ wordt verkort (9 i.p.v. 18/21 maanden).
- Ieder mens is een uiterst kwetsbare en zeer afhankelijke vroeggeboorte.



Angst en afhankelijkheid als Conditio Humana voor de Homo Sapiëns

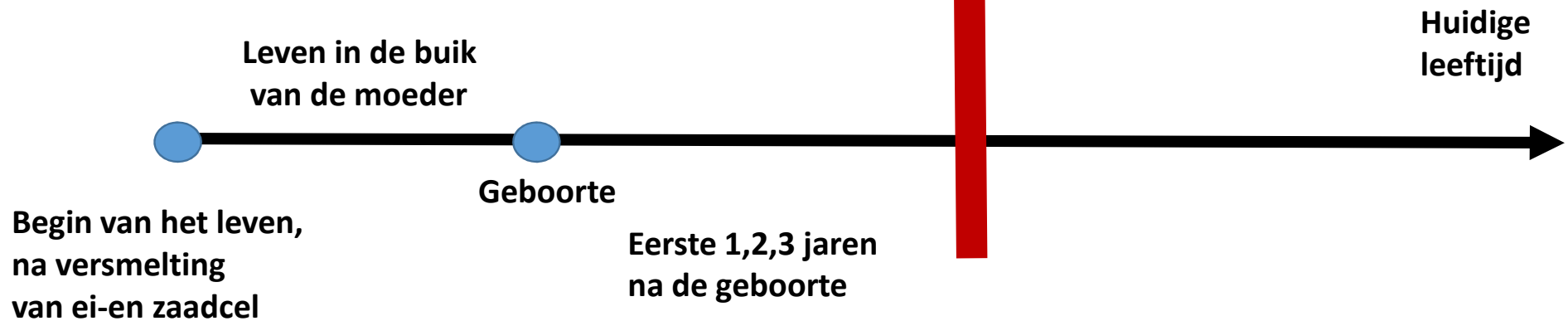
- Kinderlijke angsten **zijn doodsangsten** en zijn gecombineerd met **verlatingsangst** en gevoelens van **afhankelijkheid**
- Er is een moeder nodig die zelf zo veel mogelijk vrij van angst is, om het kind deze angsten te ontnemen en zekerheid en geborgenheid te bieden
- Wanneer de moeder zelf bang was, zitten moeder en kind langdurig in een **angst-afhankelijkheidsval**.



Het duistere van de eigen voorgeschiedenis

Bewust-
wordings-
golf

Actueel bewustzijn



Waarom en waartoe bestaat er een menselijke „psyche“?

Het levende menselijke organisme brengt door middel van zijn „psyche“

- het contact met zijn leefwereld tot stand,
- verschaft zich daardoor verschillende toegangen tot zijn buitenwereld alsook
- tot zijn binnenwereld,
- en bevat daardoor de realiteiten
- die zijn behoeften aan zelfbehoud en behoud van de soort dienen.

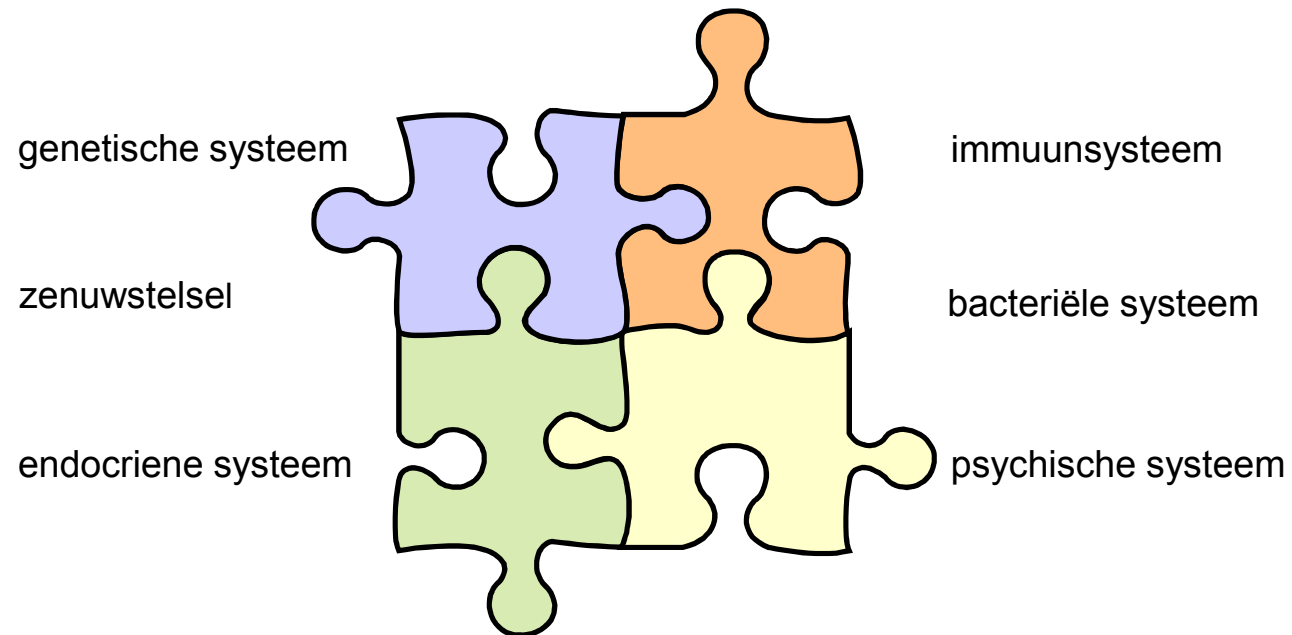


De menselijke psyche ...

- Creëert voor de betreffende mens uit de realiteit ,op zichzelf' (objectieve realiteit) een realiteit ,voor hem' (subjectieve realiteit)
- Bij een „gezonde psyche“ wordt de objectieve realiteit in de subjectieve realiteit adequaat en zonder tegenstrijdigheden afgeschilderd.

De psyche is een onderdeel van het levende menselijke organisme

bestaand uit materie, energie en informatie



„Lichaam“ en „psyche“

„Psyche“ bestaat uit de verschillende programma's van het levend organisme, om informatie over de relevante realiteit te verwerken en zijn handelingen te sturen. „Lichaam“ en „psyche“ zijn bij een levend organisme onafscheidelijk verbonden. Er bestaat geen „op zichzelf staande angst“ noch een „op zichzelf staand hart“.



Belangrijkste psychische functies bij mensen

- Waarnemen (zien, horen, ruiken, proeven, tasten, voelen)
- Voelen (liefhebben, angst hebben, boos zijn, verdrietig zijn, zich schamen, zich schuldig voelen)
- Voorstellen
- Denken (associatief, logisch-rationeel)
- Herinneren (korte en lange termijn, beeldend, episodisch, semantisch, procedureel)
- Ik-, zelfbewustzijn
- Onbewuste driften en bewuste wil
- Aansturen van handelingen

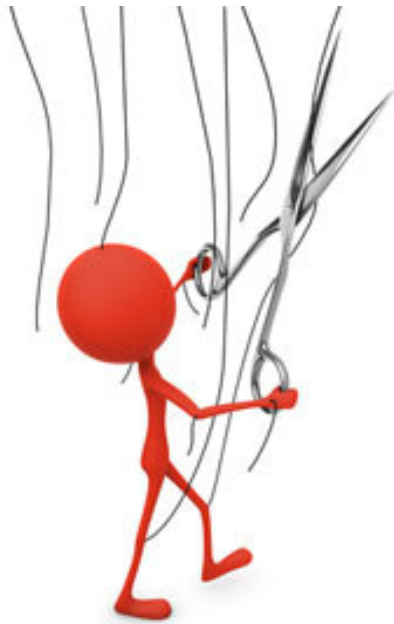
Menselijke gevoelens zijn verweven met vervulde of niet vervulde menselijke behoeften.

Symbiotische behoeften

- gevoed worden
- verwarmd worden
- lichamelijk contact hebben
- vastgehouden worden
- gezien worden
- begrepen worden
- ondersteund worden
- erbij horen
- welkom zijn



Behoeften aan autonomie



- zelf waarnemen, voelen, denken
- zelfstandig zijn
- houvast vinden in zichzelf
- iets zelf doen
- onafhankelijk zijn
- vrij zijn
- zelf beslissen
- ...

Bewust en onbewust

- Het merendeel van de psychische processen in een mens vindt onbewust plaats.
- Veel vitale functies (ademen, vertering, immunoreacties, seksualiteit) hebben zich onttrokken aan het bewustzijn en de wilsbeïnvloeding.
- Bewustzijn is een bijzondere psychische functie ten behoeve van betere communicatie en effectievere probleemoplossing
- Bewustzijn ontstaat voornamelijk ook door co-bewustzijn.
- Door spraak en woorden kan de realiteit begrepen worden.
- Bewust ingrijpen in onbewuste processen kan ondersteunend zijn of schade aanrichten.
- Vaak wordt het ontbreken van bewuste herinneringen gelijkgesteld aan het niet voor handen zijn van traumaervaringen (bijv. bij vroegkinderlijke verwaarlozing en geweldservaringen en seksuele traumatisering).

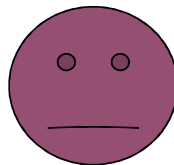
Belangrijkste toestanden in de menselijke psyche

- Welbevinden en comfort



- Geen existentieel gevaar
- Openheid t.a.v. de realiteit

- Stressprogramma's



- Dreigend existentieel gevaar
- Vernauwde kijk op de realiteit

- Trauma - noodreactie



- Gevaar is overweldigend
- Ogen sluiten voor de realiteit

Psychotraumata ...

- zijn realiteiten die een menselijke psyche niet kan verdragen.
- Ze worden overleefd door het ondraaglijke gevoel (angst, woede, pijn, schaamte ...) psychisch af te splitsen.
- De noodzakelijke psychotrauma-overlevingsstrategieën werken er voortdurend aan, de ondraaglijke realiteit uit het bewustzijn te houden.
- Verlies van realiteitszin en verlies van gezonde identiteit zijn daarvan het gevolg.



Trauma door het eigen ouderschap



Seksueeltrauma



Liefdestrauma



Identiteitstrauma

Trauma Trias

Niet beschermd

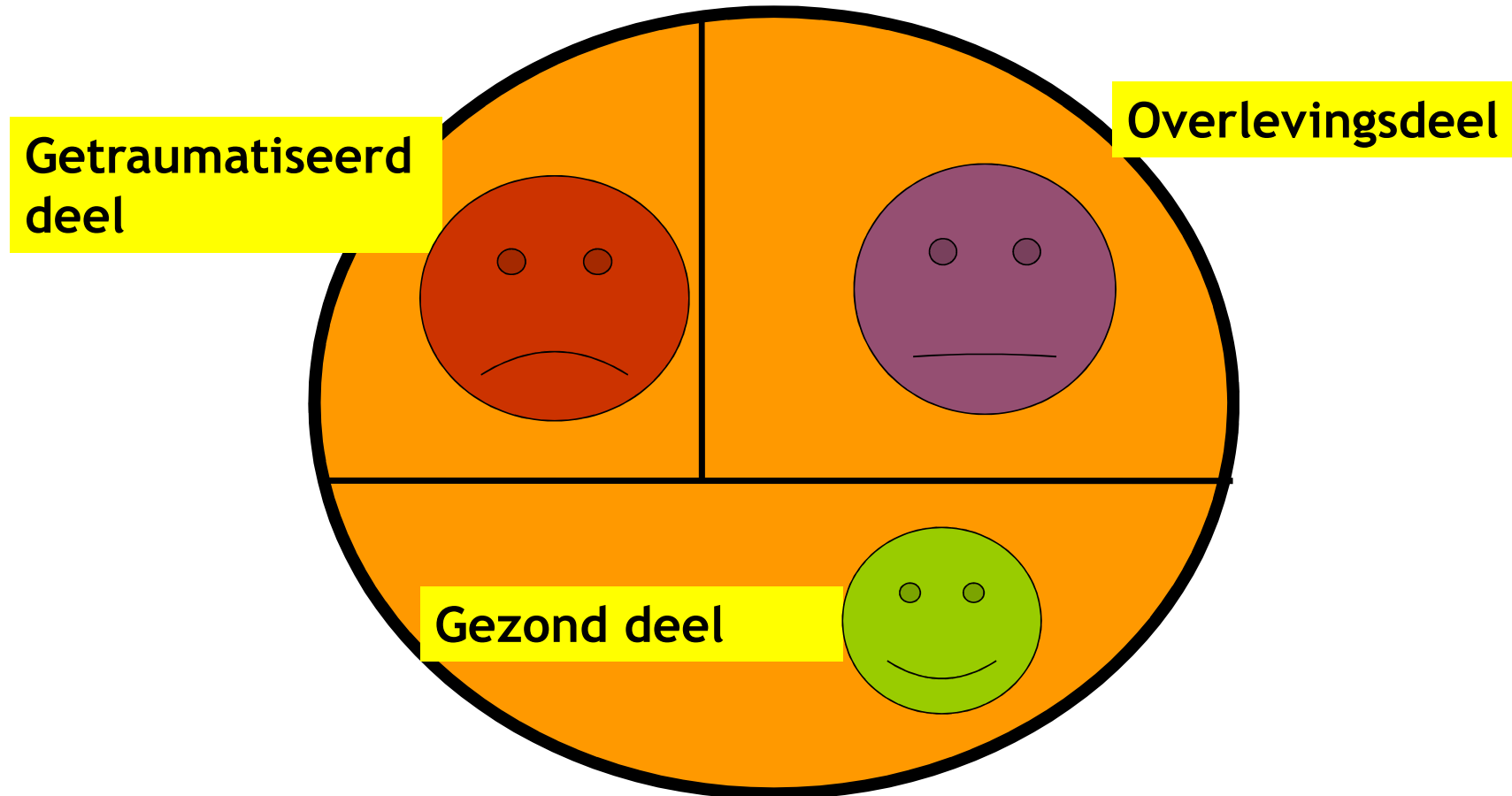
Niet geliefd

Niet gewild

Mogelijke psychotraumabiografie

© Prof. Dr. Franz Ruppert

Splitsing in een mens na een traumatische ervaring



Wat is liefde?

- Een oorspronkelijk potentieel („vermogen om lief te hebben”)
- De hoop op resonantie („behoefte aan liefde”)
- Het tegendeel van angst, woede en van agressie tegen zichzelf en anderen
- Een gevoel dat vaders en moeders ertoe aanzet hun kinderen te beschermen
- Een goed lichaamsgevoel, waarvoor instemming, een Ja, nodig is ten opzichte van het eigen bestaan
- Een gevoel dat het eigen welzijn wil („zelfliefde”)
- Gedrag dat het welzijn van anderen tot doel heeft
- ...

Gezonde ouderliefde betekent

- De behoefte aan liefde van een kind leeftijdsadequaaat vervullen.
- Hem leeftijdsadequaaat de ontwikkeling van zijn eigen autonomie mogelijk maken.
- Voorwaarde daarvoor is: de eigen behoefte aan liefde van de ouders wordt bevredigd en zij konden als kinderen zichzelf zijn en ervaren wat gezonde liefde is.

Getraumatiseerde ouders kunnen zijn

- Emotioneel niet bereikbaar
- grensoverschrijdend
- Emotioneel zwaar belastend
- Onberekenbaar
- Emotioneel behoeftig
- Gewelddadig

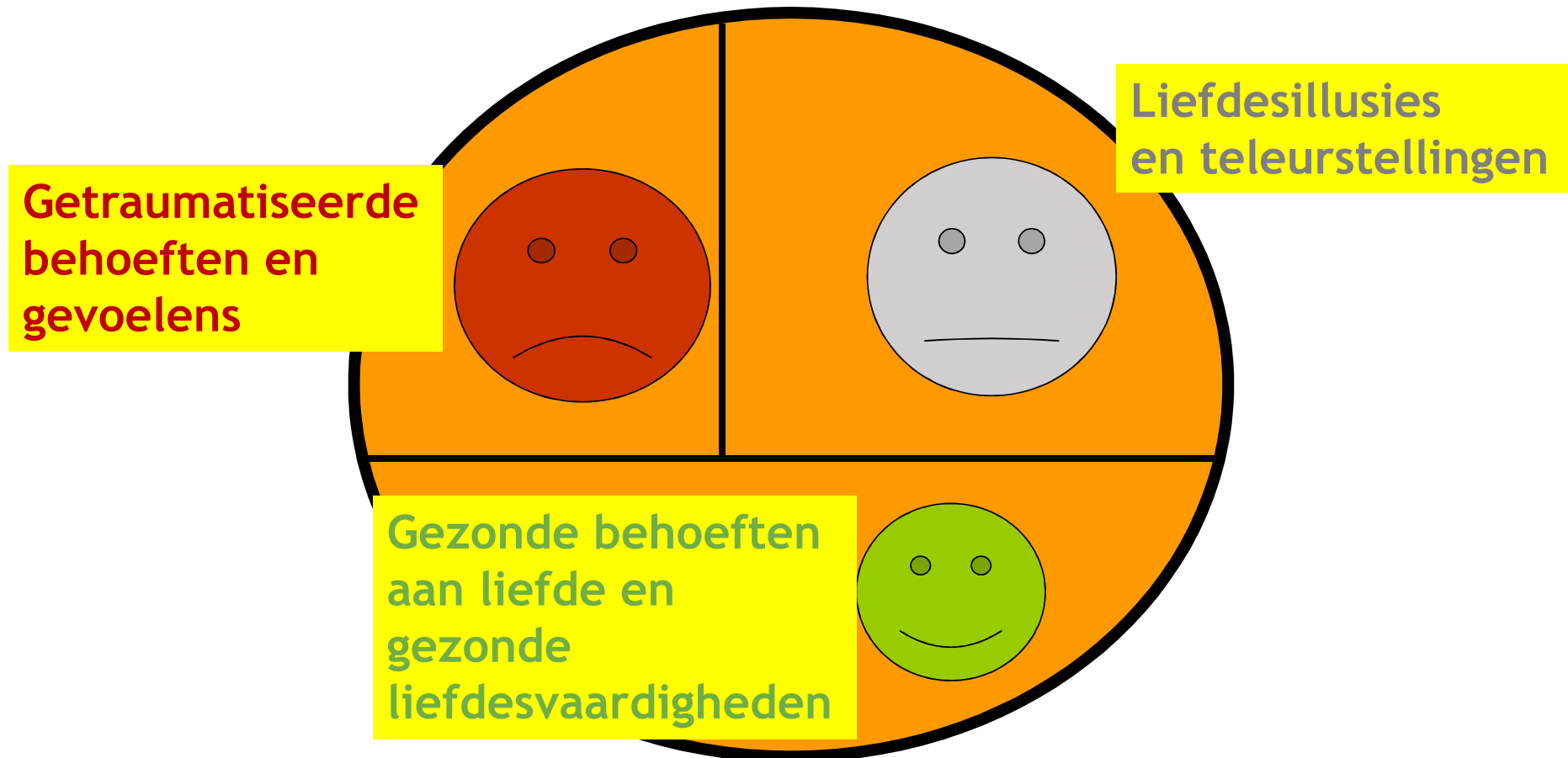


- Zij zijn op basis van hun eigen traumatiseringen innerlijk verdeeld.

De hechtingsrelatie met zijn moeder en met zijn vader kan voor een kind een traumatiserende ervaring worden. („ontwikkelingstrauma”).



Afsplitsingen in de psychische structuur bij een liefdestrauma



Liefdesillusies

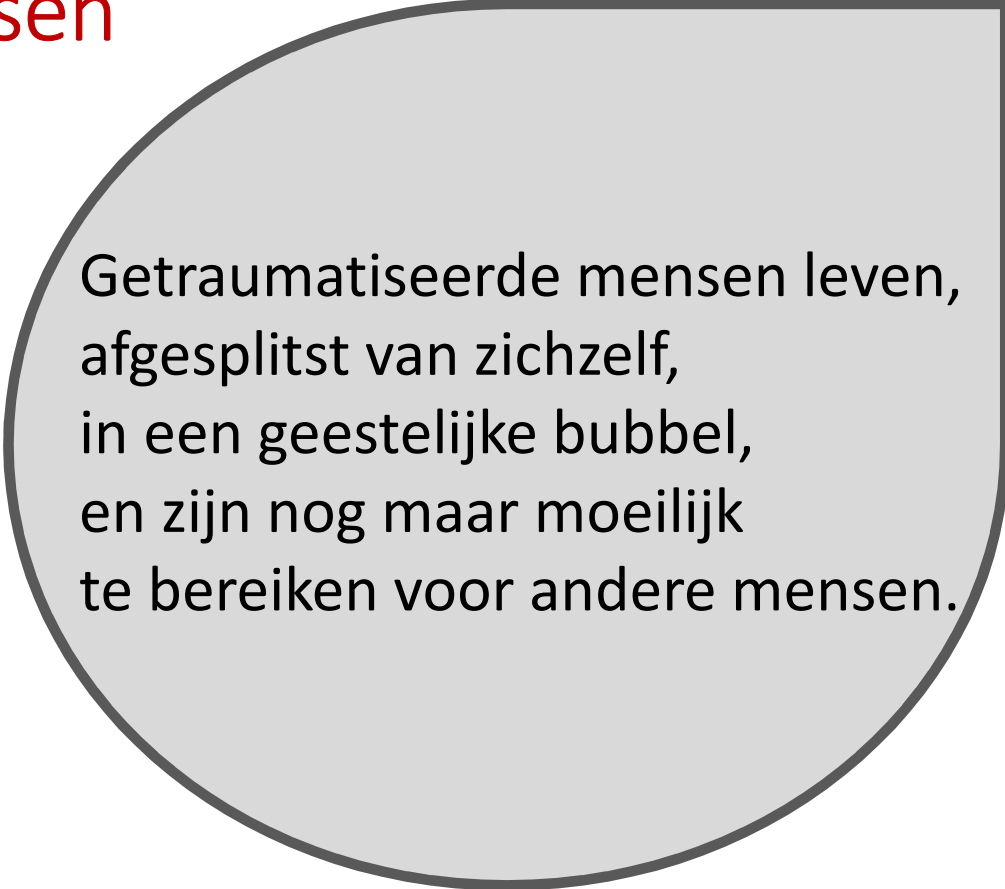
- Als je maar genoeg liefhebt, zal de ander die liefde beantwoorden.
- Liefde kan afgedwongen of gekocht worden.
- Met je liefde kan je iemand redden.
- Liefde heelt alle wonden.
- Liefde is voor de eeuwigheid.
- Alle ouders houden van al hun kinderen.
- Liefde is het hoogste wat er bestaat.
- Alleen liefde kan de wereld redden.
- ...

Behalve de uiterlijke nood komt ook de innerlijke nood er bij

- Basale behoeften moeten onderdrukt worden.
- Chronische stress ontstaat, om zich aan te kunnen passen aan traumatiserende levensomstandigheden.
- Overlevingsstrategieën stellen onhaalbare doelen.
- Er ontstaat geen tevredenheid en geen werkelijk levensgeluk.

Een getraumatiseerde psyche kan geen onderscheid maken tussen

- Ik, jij en wij
- Verleden, heden, toekomst
- Binnen en buiten
- Leven en dood
- Wat doet mij goed en wat schaadt mij
- Wie heeft het goede met mij voor en wie niet
- Wat is mogelijk en wat is onmogelijk



Getraumatiseerde mensen leven, afgesplitst van zichzelf, in een geestelijke bubbel, en zijn nog maar moeilijk te bereiken voor andere mensen.

Andere mensen als „levens-project“

- Familie, Kinderen als projecten voortkomend uit trauma-overlevingsstrategieën van vrouwen
- „Make America great again“, „eigen voetbalvereniging“, „Great Reset“, „inrenten van de gehele wereldbevolking“ als projecten voortkomend uit de trauma-overlevingsstrategieën van mannen.

Dader – Slachtoffer – Dynamiek als ,worst case scenario‘

- Traumatische ervaringen beschadigen de menselijke psyche van traumaslachtoffers.
- Ook de daders, de veroorzakers van het trauma, beschadigen door liegen en door gebruik van geweld tot aan moorden toe, hun eigen psyche ernstig.
- De schaamte deze psychische beschadigingen toe te geven en te erkennen, maakt traumaslachtoffers en traumadaders vaak tot een gezworen gemeenschap.





Noodzakelijke transformatie

- **Trauma-daders** hebben geen verantwoordelijkheidsgevoel, omdat zij **Trauma-slachtoffers** zijn.
- Ze worden pas van hun **dader – zijn** verlost, als ze hun **slachtoffer-zijn** voelen.



Identiteitgeoriënteerde Psychotraumatherapie (IoPT)

- Baseert zich op de ‚Anliegenmethode‘ (werken met de zin van het verlangen) en het fenomeen resonantie
- Zij maakt de eigen identiteitsontwikkeling bewust
- Versterkt de gezonde kenmerken van het *Ik*, bevordert een eigen gezonde wil en een gezonde psyche.
- Maakt overlevingsstrategieën bewust
- Helpt de waarheid van eigen traumata te erkennen
- Helpt innerlijke verdeeldheid te overwinnen en verstrikingen op te geven
- Helpt terug te keren naar de heelheid, individueel en collectief



**Uit dissociatie
ontstaat
associatie.**



Slotconclusies

- ❖ Identiteit niet verwisselen met identificatie en begrijpen vanaf het begin van het leven
- ❖ De menselijke psyche begrijpen en serieus nemen: daarvan hangt het levensgeluk van elk individu en van elke sociale gemeenschap af.
- ❖ Preventie van psychisch trauma als primaire opdracht voor de hele samenleving
- ❖ Heling van psychisch trauma als centrale opdracht van het sociale – en gezondheidssysteem
- ❖ Maatschappelijke leiders (ouders, leraren, bestuurders, politici) moeten zich bezig houden met hun eigen traumabiografie, anders verspreiden zij hun innerlijke chaos in de buitenwereld.
- ❖ Wij mensen mogen elkaar wederzijds niet bang maken, maar moeten bij elkaar moed en levensvreugde opwekken.
- ❖ Gelukkige mensen maken anderen gelukkig en vormen gemeenschappen die leven waarde geven.

Toekomstperspectieven

- Vrede = verzoening met zichzelf
- **Rijkdom** = leven vanuit de schatten die zich in het eigen hart bevinden
- **Vrijheid** = in overeenstemming zijn met de waarheid van het eigen leven
- **Geluk** = onvoorwaardelijk ‚Ja‘ zeggen tegen het eigen leven

Bewustzijn 3.0 als Synthese van Spiritualiteit (Bewustzijn 1.0) en
Materialisme (Bewustzijn 2.0) scheidt een

werkelijk humane samenleving.

Literatur

- Eccles, J. (1990). Die Psyche des Menschen. München: Piper Verlag.
- Fromm, E. (2016). Wege aus einer kranken Gesellschaft. München: dtv-Verlag.
- Harari, J. (2015). Eine kurze Geschichte der Menschheit. München: Pantheon Verlag.
- Orwell, G. (2003). 1984. München: Ullstein Verlag.
- Ruppert, F. (2018). Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft? Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2020). Liebe, Lust und Trauma. Unterwegs zu gesunder sexueller Identität. München: Kösel Verlag.
- Trump, M. L. (2020). Zuviel und nie genug. Wie meine Familie den gefährlichsten Mann der Welt erschuf. München: Heyne Verlag.