

- Bliss (of synoniemen als vreugde, plezier, delight, geluk, extase, verrukking, enz.)
- Kairos tijdservaring
- Heden, verleden en toekomst bestaan simultaan. Het onderscheid ertussen is illusie.
- "De Kunst" - de weg van het menselijke hart, dat het bestaan cultiveert in puur mededogend gedrag en vreugdevol zijn
- Coherentie, het web, het nest van de wereld
- Liefde, Licht, Betekenis, Kracht

- Postural Integration® (aangevuld door EI en PHI) is het bewustwordings- en belichaminsproces van je ware zelf in het universum, met de hulp van diep holistisch en integratief lichaamswerk, d.i. bewustwording van je "postures" (opgebouwd in je leven) en de persoonlijke ontwikkeling op alle niveaus van zijn: Spirit, Mind, No-Mind, Emoties & Lichaam. Integratie van Helderheid & Coherentie.
- Het verwerven en gebruiken van vrije wil is hierin belangrijk

PI wordt altijd beoefend consistent met universele bronnen van wijsheid. Deze kunnen komen uit diverse richtingen zoals ZEN : a) En/En: inclusiviteit en een verbinding van tegenstellingen b) Leven vanuit bewustzijn: temidden van alle verwarring in contact blijven met jezelf, het punt van rust in de chaos.c) Hier en Nu: helemaal oké zijn met wat zich hier en nu aandient, in welke vorm dan ook, niet blijven hangen in het verhaal d) Zinnelijk lichaam: Je bent een vorm, een zinnelijke expressie van het leven e) Yin/Yang/Beweging: 3 Druppels ipv 2.; TANTRA, YOGA en TAO, enz.: o.a. De weg naar extase. PI helpt het hervinden van doel en betekenis van leven door existentiële coherentie en het vermogen tot liefde, begrip, en seksueel functioneren

- Voorbij de dialogen ligt de onspreekbare ervaring (niet vertaalbaar) van de kosmische leegte of Helder Licht, de sfeer van archetypisch licht en geluid als puur bewustzijn.
- Weten
- Awareness
- Verbinding
- Levendig en echt zijn

Upanishads - Kundalini - Chakras - Padmas -Ohm - Mantras - Yantras ...- Mandala bodywork -Spiraal & Vortex Symbolisme - Mysterie religies - Arthur Legendes - Amerikaans Indiaanse Mythes - Book of the Dead etc. - Coherence Theory (Antonovsky) - Spiral Dynamics (Graves) - Radical Aliveness, Honesty en Truth - Selfhealing - Gebed - Meditatie - Ontwaken - Gestalt & Existentiële visies & methodes op bewustzijn en therapie - Gurdjieff's Enneagram - Mythe als taal van de ziel...

5e Spirit/Soul

GODDELIJKE

- Het integreren van het mannelijke en het vrouwelijk principe en van de bekken en hart energie via het PHI proces. Via de energetische cyclus op quantum niveau de orgastische en extatische dimensies in het universele zijn onderzoeken.

- Vanuit Zen No Mind: een mind die niet gefixeerd is of bezig door gedachte of emotie en dus open staat voor alles
- Zero-energieveld - Heisenbergs onzekerheidsprincipe.
- Vanuit Gestalt theorie wordt gewerkt met alle figuren, onze dromen, evenals met de grond die er aan ten grondslag ligt.
- Vanuit Jung: We bevatten en kunnen de vele figuren contacteren van het collectieve onbewuste "bijnenin" Vandaag spreken we van quantum en holografisch coderen van ons DNA en ons holografisch geheugen, dat analoog is aan het Akasha Veld (ether).

• Transgenerational Integration (We delen de adem van onze voorouders) - Pelvic-Heart Integration - Systemische Relatietherapie - Bodymind Drama - Actieve Imaginatie (Jung) - Interne Dialogen met Archetypes - Ericksoniaanse Hypnotherapie - Sjamanistische technieken - Gestalt visie - dialogen met het onzichtbare - Constructieve Regressie - (PI)"Geboorte oefening": fasen van psychologische geboorte - (PI) "Fascistische oefening": ervaren van alle traumatische aspecten van menselijke interactie - (PI)"Dood oefening": psychologische dood, ervaring van persoonlijke ondergang en ultieme rampspoed,...Re-metamorfose van echte authentieke zelf

• Therapeut als het instrument - Zijn diagnose hangt af van intuïtie en van een goed emotioneel contact en vertrouwen tussen de cliënt en de therapeut. Het is gebaseerd op de interpretatie van de therapeut omtrent het onevenwicht in het karakter van de cliënt als gematerialiseerd door symptomen uit spirit, mind, emoties of lichaam. De ongebalanceerde elementen, waar de cliënt te veel of te weinig "energie" heeft worden zo bepaald. Droom interpretatie of vormen van helderziendheid en waarzeggen kunnen tot op zekere hoogte getest worden zonder opdringend te zijn. In flow te zijn, bewust en gelukkig (in een

- Dialoog = spirituele dialoog (ego met transpersoonlijke entiteiten), zelfs ancestrale spirits, archetypische figuren, innerlijke projecties,
- Transpersoonlijk werk/healing
- "Rebirthing"
- Holotropisch Ademwerk/Psychedelische psychotherapie
- Geleide Fantasiewerk
- Trance Manifestaties, Sjamanistisch reizen & Rituelen

4e Intuïtieve/Quantum Lichaam

QUANTUM

- Geloofsovertuigingen
- Attitudes
- Gedachten

- Onze realiteit is een materialisatie van ons bewustzijn
- Werk met de Mind is één van de 4 pijlers van Postural Integration (zie: <http://icpit.org/postural-integration/>): Er wordt gewerkt aan het bewust maken van de overtuigingen en de intenties (positief en negatief) die een persoon heeft. Het benoemen hiervan is belangrijk. Werk met de mind gebeurt simultaan aan het werken met het lichaam en de emoties. Wat onbewust is wordt bewustgemaakt vanuit de ervaring. PI kan gezien worden als een Psychotherapie.
- Psychosomatiek verkent de relatie tussen sociale, psychologische en gedragsfactoren op lichamelijke processen

• Vanuit de Reichiaanse en Post-Reichiaanse inspiratie wordt gewerkt met lagen van bewustzijn in de persoonlijkheid: Het "Masker" (het beperkte kleine ego gedreven door zelf-wil en vol illusies) Penetreren, Lower Self bewust worden en transforme-ren, Uitreiken en Aarden in Higher Self (Je creatieve ego en authentieke kern van Liefde, Kracht en Sereniteit) om je zo te verbinden met je Universele Levensplan.(hierin: hoe meer we ons openen en de expressie van onze kern toestaan, hoe meer we het universum en de stroom van alle leven vitaliseren (reciprociteit - Teilhard de Chardin)

- Diepe Meditatie

- Wat zijn je Percepties?
- Herinneringen?
- Dromen
- Affecten?
- Gedrag - Verbaal en Non-verbaal / Willekeurig en Onwillekeurig

- Dialoog:= Selftalk (ego tot ego)
- "Groeps" discussie (ego met subpersoonlijkheden) ->Voice Dialogue
- Gestalt dialogen met ...
- Karakteranalytisch werk
- Bewustworden van en het uitdrukken van negatieve intenties en karakter distorsies.

3e Mentale Lichaam

GELOOFSSYSTEMEN

- Gevoelens
- Emoties
- Levels van emotionele ervaringen: Primaire, secundaire, Tertiaire emoties
- Betekenis geven aan emoties: Waar mee te maken? Verleden? Heden?

- Leidraad bij het werken met emoties zijn gebaseerd op verschillende nummers van elementen (de basis van verschillende types van "karakter geneeskunde": a) 2 elementen (Yin/Yang), 3 dosas (Ayurveda), de 4, 5 of 6 elementenleer (Hippokrates, TCM, Ayurveda). Meestal worden 5 primaire emoties voorgesteld verbonden met de elementen: Woede, Vreugde, Verdriet, Angst, Sympathie. Deze emoties dienen alle vrij doorheen het systeem te kunnen bewegen voor gezondheid op alle niveaus. Alle andere emoties worden beschouwd als secundaire emotie die een combinatie zijn van primaire emoties. Tertiaire emoties zijn sensorimotorische affecten; b) De Reichiaanse theorie rond emotionele pantsering; c) De Energetische Cyclus van Jack Painter.

• De-armorng - Reichiaans Lichaamswerk - Reichiaanse Segmenten - Lichte Meditatie

- 5-Elementenleer - Meridianen - Chacras
- Adem & Emoties- Opladen en ontladen - 9 adempatronen uit Energetische Cyclus + Blokkades - Pranayama,
- Emotional Release in de Fascia (dmv holistische PI-strokes & Integratie in verbinding.
- Lachen - Bonding

- Heel zorgvuldig de client observeren en interviewen
- Yin en Yang – Ayurveda - het Westerse vier element systeem en het Chinese vijf element systeem -> Client's karakter (in het lichaam, bewustzijn, "energie", "meridianen, "persoonlijkheid", of "energetische lichaam/aura") samen met de sub elementen, / enkelvoudige elementen bijv. koude, vreugde, woede enz.
- Proces indicatoren: Dieper en wijder in affect bereik?
- Groter vermogen om gevoel te tolereren (voor het affect)?
- Gepaste actie/Expressie of Gepaste non-actie of non-expressie van emotie.
- Catharsis vs. het tolereren van emoties

- Traumawerk - gebaseerd op Painter/ Levine/Ogden/Selvam/...
- Werk met weerstanden
- Karakteranalyse
- Libinieuze investering van de therapeut in seksuele abstinentie (Searles)

2e Emotionele/Energetische Lichaam

EMOTIES

- 5 (6) Zintuigen
- Bewegen

- In de holistische bodymind visie is het lichaam de basis van de persoonlijkheid. De andere lichamen in de piramide zijn hier niet van te scheiden en dienen er als één geheel of als verschillende dimensies van gezien te worden. In deze laag komen we binnen met:
- Bodywork - 12 PI- Paradigmasessies/ Bodyfosussessies
- Fysiologisch werk
- Embodiment - Bewegingsbewustwording
- Healy Lifestyle (Right Environment, Right Food, Right Sleep, Right Exercise, Right Sex)
- Feldenkrais
- Alexander techniek, Aston Patterning, enz.

- Awareness: Voelen, Lichaamssensaties, Energie, Beweging van binnen, lichaamsbeweging
- Ademwerk
- Verbeelding en intentie
- Aanraking
- "Als er geremd wordt" -ABS - Ademen, Bewegen, Stem
- Rhythmic Fitness (Jack Painter)

- Diagnose van lichaamssystemen
 - Laag I : Huid, Beenderen, Spieren, Fascia, Ligamenten, Pezen, Gewrichten, Kraakbeen
 - Laag II : Organen, Klieren, Bloedvaten
 - Laag III : CZS, Brein, Ruggenmerg
- Karakterologische Body Reading
- Anatomy Trains

- Het lichaam expanderen in relatie tot de ervaring
- Somatisch ZS: reguleert de spieren (willekeurig): Om spieren te reguleren moeten we dit niveau expanderen
- Autonome ZS: Bloedvaten, organen, klieren - Autonome regulering bevorderen - Stressreductie
- Expanderen van de fysiologie
- Zelfregulering
- Regulering door interactie
- Werk met weerstand tov verandering van levensstijl.

1e Fysieke Lichaam

LICHAAM