

## Leefklimaat en gezondheid

Een ziekte komt nooit zomaar ineens. Er is iets aan vooraf gegaan. Het heeft te maken met een disbalans van ons innerlijk en/of uiterlijke klimaat. Vaak is het een combinatie van deze twee en de manifestatie vindt meestal plaats op de z.g. zwakke plekken in ons lichaam.

Zo'n zwakke plek komt voort uit aanleg: je bent ermee geboren het is je erfelijke belasting of karma.

Het uiterlijk klimaat kan je zien als de uiterlijke omstandigheden waarin we leven. Bijvoorbeeld ons milieu, onze familie, de lucht die we inademen, warmte of koude, het voedsel dat we nuttigen en de virussen en bacteriën om ons heen. Maar de gestreste wereld om ons heen hoort daar ook bij. Kortom: het is onze leefomgeving.

Het innerlijk klimaat kan je beschouwen als onze geestelijke constitutie. Het gaat hierbij om de houding die we (meestal onbewust) aannemen op situaties die we tegenkomen. Dus hoe we op situaties reageren.

Worden we geraakt door iets dat we tegenkomen? Gelukkig maar want we zijn ook gewoon maar mensen. Maar hoe verwerken we datgeen wat te heftig bij ons is binnengekomen en hoe reageren we daarop? We kennen allemaal wel een situatie waarin we vanuit onze gemoedstoestand reageren op een onverwachte confrontatie waarbij we ons geraakt voelen. Als we later spijt hebben van onze reactie kunnen we proberen om het een volgende keer anders te doen door karakter te tonen en ons onbewuste reageerpatroon proberen te doorbreken. We nemen op die manier wat afstand van onszelf en dat heeft weer te maken met spirituele ontwikkeling. Toeschouwer worden van de situatie wordt dat wel genoemd, maar met betrokkenheid.

Als ons innerlijk klimaat ernstig is verstoord door b.v. langdurige en heftige emoties die niet op tijd verwerkt kunnen worden, reageert ons lichaam daar altijd op. Veel ziektes worden veroorzaakt door een disbalans, die voortkomt uit onverwerkte emoties, dus vanuit ons innerlijke klimaat en/of door verkeerde gewoontes vanuit ons uiterlijk klimaat. Daarom is het zo belangrijk om bij het genezingsproces niet alleen maar het uiterlijk klimaat aan te pakken, door het innemen van medicijnen en het aangaan van nieuwe patronen, maar vooral ook het innerlijke klimaat aan te pakken. We kunnen proberen om inzicht te krijgen in onszelf en kijken hoe we reageren op moeilijke situaties. Waarom overkomt het ons? Het doorbreken van gewoontepatronen draagt bij aan onze gezondheid. Alleen dit is vaak heel moeilijk en een langdurig proces. Maar we kunnen het proberen en later zien we wel onze vooruitgang.

De reguliere gezondheidszorg houdt zich niet zo bezig met de echte oorzaken van een ziekte. Zij pakt alleen het uiterlijke klimaat aan en probeert zodoende de uiterlijke symptomen weg te krijgen, terwijl de diepere oorzaak vaak ligt in een verstoord innerlijke klimaat. Dus als mensen beweren dat je een bepaalde ziekte door medicijnen of door het innemen van een biologisch alternatief wondermiddel kunt genezen, dan wordt er maar een deel van de waarheid verteld of het is zelfs een leugen. Ook reageert elk mens weer anders op situaties en het is daarom dat ieder mens in zijn uniciteit een ander genezingsproces doorloopt. Ons innerlijke klimaat en ons uiterlijk klimaat samen bepalen of we weer in harmonie komen.

Henk te Gussinklo