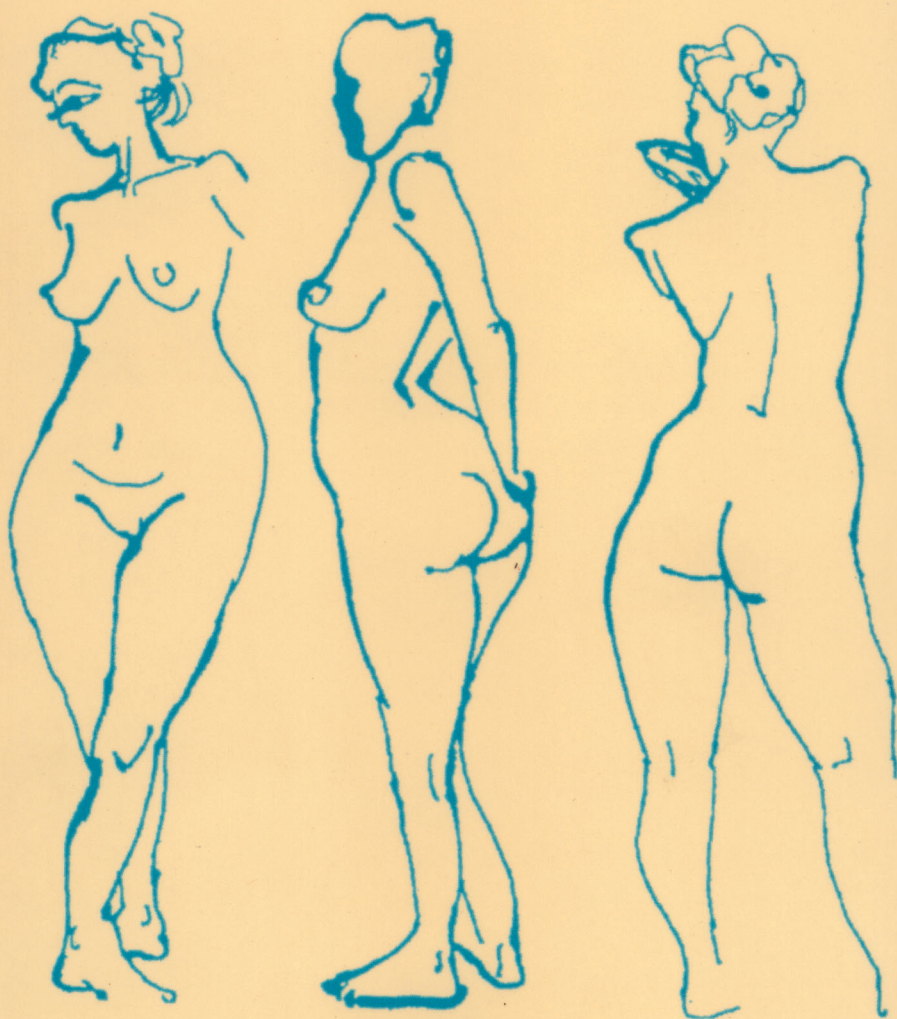


ANSGAR & DIETLINDE RANK

JE LICHAAM ALS SPIEGEL

**BIO-ENERGETICA
EN KARAKTERANALYSE**



INHOUD

Voorwoord	9
Inleiding <i>Het karakter – hoe het ontstaat, wat het mogelijk maakt, wat het verhindert</i>	13
I HET SCHIZOÏDE KARAKTER	
<i>Onvoldoende beaming op elk gebied van het leven</i>	23
1 Overleven in plaats van leven	31
2 In je schulp kruipen	40
3 Angst voor nabijheid	48
4 Met zichzelf en de wereld overhoop liggen	52
5 Wantrouwen	54
6 Zinloosheid door verlies van zinnelijkheid	57
7 Twijfel en vertwijfeling	64
8 'Cool' zijn	73
9 Paniek: uit je gevoel barsten	77
II HET ORALE KARAKTER	
<i>Tegenzin om het noodzakelijke tot zich te nemen</i>	79
1 Onverwerkt falen	80
2 Hunkering	89
3 Geen lust om iets te vragen	92
4 Veel is onaangenaam	103
5 Hebzucht en ontevredenheid	110
6 Het is altijd te weinig	112
7 Depressie	118
8 Verslaving	122

III HET PSYCHOPATISCHE KARAKTER

<i>Doen en hebben boven zijn en worden stellen</i>	135
1 De functionele mens	139
2 Er flink tegenaan gaan, snel iets beleven	142
3 Alles kunnen; de selfmade-man	149
4 Macht moet manipuleren	160
5 Iets bijzonders zijn	164
6 Veel outfit, weinig infit	168
7 Verleiders en hun slachtoffers	171
8 De ontkenning van de angst te vallen	186
9 Paranoia, de alledaagse vervolgingswaan	189
10 Afgunst en jaloezie	193

IV HET MASOCHISTISCHE KARAKTER

<i>Te veel te lang vasthouden</i>	201
1 Het leven aan banden leggen	206
2 Perfectie en netheid	212
3 Aanpassing; je aan prestatiedwang onderwerpen	216
4 Dulden en verdragen	223
5 Alles goed moeten doen	224
6 Het jezelf en anderen zwaar maken	229
7 Lijden met plezier	237
8 Verzamelen en behouden	242
9 Remmingen en schaamte	245
10 Schuldgevoelens	251
11 Ergernis en betweterij	260

V HET RIGIDE KARAKTER

<i>Terughoudend zijn met geven</i>	265
1 Genitaliteit	266
2 Als de overgave wordt afgewezen	275
3 Terughoudendheid uit angst voor nieuwe krenkingen	281
4 Seksueel verward zijn en verwarring stichten	289
5 Hysterie	297

VOORWOORD

Helaas is het zo dat veel mensen geen levendigheid belichamen, maar integendeel hun gevoel achter schone schijn en het masker van een imago verborgen houden. De uiterlijke verschijning laat soms maar weinig zien van de levenskrachten die op de achtergrond werkzaam zijn. Het is de opgave van de karakterstudie steeds opnieuw na te trekken in hoeverre de ‘verworvenheden’ van het verleden op dit moment nog het behouden waard zijn. Het is noodzakelijk alle houdingen die ooit in het leven ingenomen werden onder de loep te nemen en je af te vragen in hoeverre ze het leven nog dienen of achterhaald zijn. Niet alleen omstandigheden die tegenzitten maar ook zelfgekozen houdingen en verinnerlijkte maatregelen blijken zich tot tegenstanders van het leven te kunnen ontpoppen.

Dit boek richt zich tot iedereen die het leven in zich wil laten doorbreken, wat alleen mogelijk is wanneer je ook bereid bent blokades op te ruimen. Twee vragen staan in het boek centraal:

1. Waar ben ik gebonden?
2. Waar is bij mij een steekje los?

Als u zich door het antwoord ‘Overall waar ik me vastzet’ laat inspireren, dan zult u er plezier in vinden om achter bindingen ongebondenheid, achter blokkades dynamiek, achter opstoppingen krachtige gevoelens, achter verkramping vrijheidsstreven en achter remmingen ongeremde levenskracht te ontdekken. Het leven is een proces. De energie van het leven treedt helaas niet zo vaak aan het licht als we wel zouden wensen maar kan opnieuw worden ontdekt en tot ontplooiing worden gebracht. Uw lichaam kan meer zijn dan een object van ijdele genoegens of een vuilnisvat van ongemakken. Dit boek toont u hoe u, zonder tot zelfverwijt en zelfbeklag te ver-

vallen, aan uw uiterlijk voorkomen uw levensverhaal kunt aflezen. Wees nieuwsgierig en ontdek in het lichaam de levenservaringen: wel en wee, liefde en lijden, lust en frustratie.

Dat het psychische in het lichaam zijn tegenhanger heeft en in het lichaam tot uitdrukking komt, is het thema van de *bio-energetica*. De in dit boek gepresenteerde *karakteranalyse* is ontwikkeld door Wilhelm Reich en Alexander Lowen. Zij moeten in de eerste plaats worden bedankt. Reich en Lowen hebben via de psychoanalyse van Freud herkend dat het lichaam de grote onbekende is en ontdekten in lichamelijke verkrampingen psychische conflicten. Ik dank Alexander Lowen en zijn medewerkers voor de uitstekende opleiding. Aan Jan Velzeboer en John van Lier heb ik te danken dat ik deze methode persoonlijk heb mogen doorleven. Gedurende vijftientig jaar beroepservaring heb ik mijn stijl van bio-energetisch werken gevonden. Dat zeg ik in de grootst mogelijke dankbaarheid jegens mijn leraren. Zij leerden mij alles wat het leven biedt te verinnerlijken en tot iets eigens te maken. Een van de bio-energetische inzichten is dat je niets onverteerd uitspuwt, maar je natuurlijke stofwisseling benut om het overgeleverde in vlees en bloed te laten overgaan. Met deze bekentenis doe ik meer recht aan mijn voorgangers dan wanneer ik hen alleen in citaten laat herleven.

Het onderhavige boek is een *fundamentele inleiding* in de karakterkunde van de bio-energetica. Het is de neerslag van mijn vijftientigjarige werkzaamheid in de Jugendhof Vlotho in Duitsland. Het gewest Westfalen-Lippe komt de eer toe in de Jugendhof Vlotho de bio-energetica vanaf het begin te hebben gestimuleerd. Dat een overheidsinstelling aan de wieg van een dergelijke ingrijpende vernieuwing staat mag uniek heten. Ik ben daarvoor bijzonder dankbaar. Het boek is op mijn trainingen in Vlotho gebaseerd. Erin verwerkt is een zestiental vierjarige bijscholingscursussen rond het thema 'Karakteranalyse bij consultatie en crisisinterventie'. Ik wil op deze plaats ook Martruij van der Linden, Gerti Graf, Rosa Said-Locke, Ingeborg Singendonk, Heiner Steckel en Reinhard Bartsch bedanken voor hun vriendschappelijke samenwerking en de vele geanimeerde vaktechnische discussies.

Mijn vrouw en ik hebben acht jaar aan het ontwerp voor dit boek gesleuteld. We hebben er bewust voor gekozen om illustraties de plaats van gevalsbeschrijvingen te laten innemen. De afbeeldingen willen treffen, niet aanzetten tot gepieker over wie de ander wel zou kunnen zijn. De voltooiing van het boek was zonder de ondersteuning van Ingeborg Singendonk en Gertrud Konjer niet denkbaar geweest. Ingeborg Singendonk heeft het meer dan tweeduizend pagina's tellende manuscript in eerste instantie ingekort en waardevolle suggesties voor de systematische bewerking van de tekst gedaan. Aan haar ondersteuning is het in de allereerste plaats te danken dat het boek gereed kwam. Ook Gertrud Konjer bracht als grafisch ontwerper zinnelijk-esthetische vaart in de onderneming doordat zij de vormgeving van ons boek tot examenonderwerp koos en een vormgevingsconcept ontwikkelde waarmee wij zo ingenomen waren dat mijn vrouw Dietlinde het als uitgangspunt gebruikte voor de uitwerking van haar illustraties. Ik ben mijn zoon Manuel dankbaar dat hij mij in de eindfase de tijd gunde en zijn eigen behoeften op de tweede plaats stelde.

Vlotho, januari 1994

Ansgar Rank

INLEIDING

*Het karakter – hoe het ontstaat, wat het mogelijk maakt,
wat het verhindert*

Het karakter brengt het levensverhaal tot uitdrukking, het geeft aan hoeveel steun wij hebben ervaren en in hoeverre het ons is gelukt het leven in ons vorm te laten aannemen. Onder ongunstige omstandigheden werd onze levendigheid slechts een bescheiden plaats in het lichaam gegund. De ziel verkommerde, het lichaam levert daarvan op zijn manier het bewijs. De bio-energetica kijkt naar de uiterlijke kenmerken en onderzoekt in hoeverre de levendigheid uit het lichaam geweken is en weer kan terugkeren.

De meeste mensen leven allesbehalve in overeenstemming met zichzelf en de eenheid van lichaam en ziel blijft hun vreemd. Het gevolg van hun innerlijke verwarring is dat ze de handen vol hebben aan zichzelf en weinig lust bespeuren om toenadering tot andere mensen te zoeken. Als je maar gedeeltelijk in je lichaam woont, ben je in je mededeelzaamheid beperkt.

De bio-energetica wil het leven bevrijden uit geremdheid en gebondenheid. Bio-energetica bevordert altijd het leven als proces. Het komt het proces ten goede wanneer energieën die in spanningen en verkrampingen zijn vastgezet weer losgemaakt worden. Wanneer mensen klagen over gebrek aan energie is de oorzaak meestal niet dat er te weinig energie beschikbaar is. Er is in de regel genoeg, maar de energie is verkeerd geïnvesteerd, namelijk in verkrampingen. Energie die in beschermende en afwerende houdingen wordt gestoken en blokkades in stand moet houden staat niet ter beschikking van vrije ontplooiing van het gevoelsleven. Verdedigende en afwerende opstellingen dragen ertoe bij dat de mogelijkheden van het leven slechts mondjesmaat worden waargenomen. Een groot deel van het leven blijft ongeleefd. In plaats van stralende levendigheid

ervaren de mensen ontevredenheid, stress, depressie en sombere gejaagdheid.

De bio-energetica gaat uit van het troostende besef dat de levensdijtheid – hoe weinig ervan ook zichtbaar is – desondanks voorhanden is en naar verlossing streeft. Dat geeft de moed te onderkennen waar je staat en daaraan perspectieven te ontlenu voor hoe het verder kan gaan. De bio-energetica beschouwt het leven als een voortgaand proces waarbij blokkades kunnen opdoemen. Het levensproces wordt weer in gang gezet wanneer je de gevoelens weet te bevrijden uit de fixaties en dwangmatigheden waarin ze te lang 'gevangen' hebben gezeten. Dit boek heeft de bio-energetische karaktertypologie tot thema.

Het karakter weerspiegelt hoe bepaalde ervaringen, worstelingen en compromissen iemand die op jonge leeftijd niet tegen de druk van de omstandigheden was bestand, hebben belast. Hij is angstig geworden. Noodgedwongen ontwikkelde hij levensconcepten die noodoplossingen waren in die zin, dat ze niet volledig in het belang van de vitale aandriften tot stand kwamen. Hieronder zal ik het uit vier fasen bestaande energetische model van het verloop van de levensprocessen schetsen. Dit model beschrijft de optimale gang van zaken: het energetische rijpingsproces van een mens in de loop van zijn ontwikkeling, maar ook de energetische structuur van het verloop van elk afzonderlijk gevoel en van alle levensprocessen. De vijf karakterstructuren van de bio-energetica worden tegen de achtergrond van dit ideale model getypeerd als stoornissen in de energiehuishouding tijdens de persoonlijkheidsontwikkeling in een van de vier fasen. Volgens het bio-energetische concept hebben we zowel lading als ontlading nodig. Energetisch gezien moeten we veel beamen en tot ons nemen, zodat het leven voldoende energetische lading krijgt om zich te kunnen voltrekken. Het beamen werkt als een ontstekingsmechanisme. Daardoor komt elk levensproces op gang. Door te nemen slaan we de benodigde hoeveelheid energie in, zodat we over voldoende krachten beschikken. De productieve kant, de kwaliteit van de ontlading, is grotendeels afhankelijk van de vraag in hoeverre het is gelukt de

binnenkomende of binnengehaalde energiedragers te benutten voor het opbouwen van de juiste spanning. De verzamelde en verdichte energie wordt door het vermogen haar vast te houden op een bepaald niveau gebracht en is beschikbaar om te geven, tot overgave bereid. Het ladingsproces bouwt ons ik-gevoel mede op, in de ontladende overgave wordt het ik steeds opnieuw weggegeven, beschikbaar gemaakt. Beamen, nemen, behouden (als geconcentreerde verdichting) en overgave vormen de energetische elementen van elk levensproces.

Deze fundamentele processen worden in de loop van de kindjaren doorlopen en op verschillende leeftijden geaccentueerd. De natuur vraagt van ons dat we uitvoerig stilstaan bij onze taak in iedere ontwikkelingsfase, tot zich een grondhouding heeft gemanifesteerd die de basis kan zijn voor andere eigenschappen.

1. Beamen

De baby heeft veel beaming nodig om zodanig van de goedheid van de wereld doordrongen te raken dat hij de wereld en zichzelf vol vertrouwen en vriendelijk kan benaderen. Het ja vervult de dezelfde rol als de zon in de natuur. Aan het begin van het leven moet zonlicht in ruime mate voorhanden zijn. Zonder zon, zonder ja vangt niets nieuws aan. Zonder haar verkommert reeds ontsproten leven. Als het ja wortel heeft geschoten is er voldoende zelfvertrouwen en is de houding tegenover de wereld er eveneens een van vertrouwen. Het uitblijven van beaming, van warmte en zon, leidt tot verkillig. Als de kou te groot is, kristalliseert het leven: het kraakt, splintert, doorstaat schokken. Tijdens het bevroeringsproces is de pijn nog voelbaar, maar eenmaal bevroren ben je afwezig, buiten jezelf, al voel je je ogenschijnlijk gered. Misschien ben je versplinterd zonder het te hebben gemerkt, gebarsten en vermorzeld in het pakijns van een gevoelloze maatschappij.

2. Nemen

Als het kind in al zijn levendigheid wordt beaamd, neemt het het leven met volle teugen tot zich. Het voelt zich er ook op aangewezen in voldoende mate te krijgen wat het nodig heeft. Behoeften halen de energieën het leven binnen. Als de wereld al het noodzakelijke niet beschikbaar zou stellen en de mens niet zou nemen wat hij nodig heeft, zou er geen bevrediging mogelijk zijn. Het leven heeft de vrede van de bevrediging nodig zodat de verlangens en behoeften zich niet voortdurend scherper voelbaar maken maar gestild worden en tot rust komen.

3. Vasthouden (opslaan, zich eigen maken, verzamelen, integreren)

Je leert vast te houden en te behouden wat je tot je hebt genomen. Je herkent het als weldadig en opbouwend en het moet voorlopig blijven. Er wordt energie vergaard om die ter beschikking van de vitale functies te kunnen stellen. De opgenomen energieën dienen de groei zodat het kind, zoals het zo mooi heet, groot en sterk kan worden. Maar ook zijn schier onvermoeibare beweeglijkheid kost het kind veel energie. In deze fase is het belangrijk dat er geen autoriteiten zijn die zich met het innerlijk leven bemoeien. Alleen in rust kunnen de innerlijke krachten zich organiseren en leiden tot krachtige groei.

4. Geven

Wanneer de levensimpulsen worden beaamd, de mens genoeg gekregen heeft, wanneer hij krachten heeft verzameld en voldoende energie heeft opgeslagen, kan hij delen, weggeven. Hij is krachtig omdat hij zich vanuit het ja, het nemen en het vasthouden voldoende eigen heeft gemaakt en toereikende reserves heeft opgebouwd. Nu kan hij vrijgevig zijn (vrijwillig gevend, dat wil zeggen zonder morele noodzaak of ethische druk). Hij geeft omdat hij van anderen houdt. In essentie is geven de overgave van het zelf.

De vier fasen van het levensproces en van de gevoelens

Voor de ontwikkeling van gevoelens geldt in wezen hetzelfde als voor de ontwikkeling in het algemeen. Beaming is altijd het begin. Zonder beaming kunnen gevoelens niet ontstaan, ze treden niet zo duidelijk naar voren dat we de kenmerken ervan kunnen onderscheiden. Zonder beaming worden gevoelens vlug onaangenaam en dat wil letterlijk zeggen: ze worden niet aangenomen. Als er sprake is van beaming, moeten de gevoelens vervolgens energetisch worden geladen. Belangrijk wordt dat we van buitenaf zoveel innemen dat ze zich volledig ontwikkelen en een substantieel karakter krijgen. Het gevoel heeft zijn volle omvang bereikt als het zich geheel heeft ontplooid en het lichaam geheel heeft vervuld. Alles voelt vol en geladen aan. Nu kun je pas van juiste/echte lading spreken. Het is zinvol die lading vast te houden, tot het moment dat het hele lichaam van het gevoel doordrongen is en in de greep van de energie ervan is geraakt. Dan moet er ontlading plaatsvinden. Bij de ontlading geeft de persoon zijn energie weg. In de ideale situatie is de ontlading overgave in contact met iemand anders.

Ook gevoelens ontwikkelen we door te laden en te ontladen, door te geven en te nemen. Beamen, nemen, vasthouden en geven – dat is de vierslag van elke ontwikkelingsdynamiek; dat zijn de vier fasen van het voelen. Elk gevoel bestaat uit deze vier momenten en laat in het verloop ervan deze vier schakeringen zien.

In het conflict tussen driftstructuur en maatschappij, tussen buitenwereld en binnenwereld, ontstaan afhankelijk van het verloop van de ontwikkeling specifieke karaktertrekken, specifieke blokkades en spierverkrampingen. Deze te herkennen is het doel van de karakteranalyse. De bio-energetica onderscheidt vijf karakterstructuren: de *schizoïde*, de *orale*, de *psychopatische*, de *masochistische* en de *rigide*. Elk van deze vijf karakters is een verkeerde energetische ontwikkeling met geheel eigen kenmerken, die op een tekort in een van de ontwikkelingsfasen of ook wel op een te snelle ontwikkeling in een bepaalde fase wijst.

De schizoïde karakterstructuur

Het uitblijven van een eenduidige beaming in het begin van het leven brengt een persoonlijkheid voort die zich niet helemaal thuis voelt in zichzelf. Ze komt zichzelf verbrokken en bodemloos voor. Het lichaam trekt zich uit angst samen. De uiterlijke en innerlijke eenheid brokkelt af op grond van te grote, bijna ondraaglijke spanningen. De uiterlijke en innerlijke gespletenheid blijkt uit een gefragmenteerd en disproportioneel lichamelijk voorkomen. Als gevolg van vele twijfels is de persoon het veelvuldig met zichzelf en de wereld oneens. Hij ontplooit zich niet meer in de wereld, maar alleen nog in de fantasie. Zijn fantasie gaat met hem op de loop. Hij krijgt angstige gedachten en ontwikkelt soms fantasieën die afschuw wekken. De fantasie is de weg van de vlucht (uit de werkelijkheid), uit een leven dat verschrikkelijk is; ze biedt tegelijk toegang tot een eigen, onverstoorde wereld. De onmin met zichzelf en de wereld brengt een vervreemding van lichaam en ziel met zich mee.

De orale karakterstructuur

Wie als kind niet genoeg krijgt wordt letterlijk getekend door gebrek; dit grift zich in het lichaam. De orale persoon loopt achter alle denkbare bevredigingen aan en kan zijn behoeften desondanks nauwelijks vervullen. De organen met behulp waarvan hij zou kunnen nemen wat hij nodig heeft zijn geblokkeerd. Zijn behoeften en verlangens drukt hij zwak uit. Hij krijgt altijd te weinig en voelt zich bijna altijd tekortgedaan. Omdat verlangen hem niets oplevert, verliest hij zich meer en meer in illusies. Daarmee is de grondslag voor het ontstaan van verslavingen gelegd. Zijn zwakte brengt hem ertoe zich met de opmerking *'Ik kan dat niet'* aan iedere inspanning en vaak ook aan iedere verantwoordelijkheid te onttrekken.

De psychopatische karakterstructuur

Aangezien elk kind de innerlijke wens heeft volwassen te worden, dat wil zeggen groot te worden, is het verleidbaar wanneer het een volwassen rol wordt aangeboden of wanneer het bejubeld wordt. Het kind zal zijn ontwikkeling naar volwassenheid versnellen als het – vaak terecht – vreest dat het anders over het hoofd wordt gezien of aan onbeduidendheid ten prooi zal vallen. Het zal alles doen om aan een wens van buitenaf tegemoet te komen en komt zo veel te vroeg tot rijping. Op deze wijze worden het kind zijn kinderjaren ontfoetseld. Het wordt direct met volwassenheid opgezadeld. Het kind vergt te veel van zijn krachten wanneer het pretendeert al iemand te zijn en energie spendeert zonder eerst genoeg te hebben verzameld. Het geeft te veel weg en voelt zich leeg en doelloos. Maar vanwege de lof voelt het kind zich tegelijkertijd gestreeld; het doet zich groot voor en meet zich de kenmerken van de wereld der volwassenen aan. Alles wordt een kwestie van outfit, van uiterlijk succes.

Omdat innerlijke groei achterblijft ziet de binnenwereld er soms erg leeg uit. 'Vroegrijp-moeten-zijn' en 'te-vlug-te-veel-willen-bereiken' kunnen organische rijping niet vervangen. Psychopaten kunnen nauwelijks zwakheden toelaten: dat is in strijd met hun imago. Het ideaalbeeld dat zij van zichzelf hebben gevormd legt hen op groot, sterk en zeer invloedrijk te zijn.

Het geldt voor het hele leven: wanneer wij niet weten te krijgen en te nemen en ons in alle rust geconcentreerd kunnen ontwikkelen, zijn wij niet in staat grootmoedig te zijn. We staan bij alle grootdoenerij buiten onszelf, we lopen naast onze schoenen en staan niet op eigen benen.

De masochistische karakterstructuur

Door onderdrukking van buitenaf en innerlijke pogingen tot zelfbeheersing wordt de spontane expressie aanzienlijk ingeperkt. De persoon spant zich voortdurend in om het anderen bij voorbaat naar de zin te maken. De wereld met haar strenge maatstaven over hoe je je

moet gedragen drukt zwaar op de persoonlijkheid. Die probeert aan de druk toe te geven, past zich aan en riskeert daarmee de onderdrukking van de eigen vitale aandriften. Verkrampingen, remmingen en veel schaamtegevoel zetten zich in het organisme vast. Het streven naar autonomie moet wijken voor een brave levenswijze. Wie aan dwangposities gewend is geraakt, ziet in het leven dikwijls alleen de noodzakelijkheden en laat zich voortdurend verplichtingen opleggen in plaats van zelf verantwoordelijkheid te nemen.

De rigide karakterstructuur

Uit vrees voor afwijzingen en lasterpraatjes over de eigen spontane expressie beantwoordt de rigide persoonlijkheid de overgave van een geliefde met voorzorgsmaatregelen. Hij houdt zich in uit angst iets kwijt te raken. Als hij zijn nek zou uitsteken, zou hij misschien de kous op de kop krijgen. Dat is bijzonder pijnlijk wanneer het om gevoelens van liefde en overgave gaat. Het lijkt de rigide persoon raadzaam zich 'voor het geval dat' een beetje in te houden. Terughoudendheid, trots en ongenaakbaarheid moeten zijn kwetsbaarheid aan het oog onttrekken. Zij vormen het rigide gedragspatroon.

Mengtypen

De karakters van de mensen met wie wij in werkelijkheid te maken krijgen zijn in de regel mengvormen van deze bio-energetische karakterstructuren. Het is zeer onwaarschijnlijk dat een kind in slechts één ontwikkelingsfase schade is berokkend en zeer ernstig te kort gekomen is, of dat de omgeving slechts in één opzicht verschrikkelijk was en verder in alle andere opzichten alleen maar stimulerend. Meestal echter zal een van de bio-energetische karakterstructuren het duidelijkst herkenbaar zijn in iemands levenshouding.

Al deze karakterstructuren zijn een uitdrukking van een levenshouding die overleven ook nog garandeert als de levensomstandig-

heden te wensen overlaten. Structuren beperken de levendigheid van de mens. Het ontplooiingsproces komt tot stilstand en de ontwikkeling stagneert. Het individu voelt dat hij vastzit en weet niet meer hoe hij zich van deze blokkade kan ontdoen. Hij begint zich erin te schikken en beperkt zich tot dat wat nog wèl mogelijk is. Die zelfbeperking wordt voortaan niet als tijdelijk gezien, maar als een onveranderlijk lot geaccepteerd, met het gevolg dat het leven slechts ten dele wordt geleefd. Een bepaald deel blijft ongeleefd. Aangezien de levendigheid in de vroege jeugd zich niet zomaar laat wegdrücken, ook niet wanneer ze in de huidige bewustzijnstoestand geen kans maakt, vestigt deze kracht via verstoringen van het normale bewustzijn de aandacht op zich om het individu te dwingen zich met de onbewuste lichamelijke aandriften bezig te houden. Helaas heeft de gemiddelde mens in onze cultuur het afgeleerd te letten op het lichaam en zijn nog niet ontcijferde boodschappen. Hij is niet bijzonder ontvankelijk voor wat van en uit het lichaam komt. Hij denkt het beter is dat het lichaam het ik met zijn wil en zijn voorstellingen klakkeloos volgt. Geeft het lichaam problemen dan begint men zich daar vaak over te beklagen. De lichamelijke klachten krijgen de overhand over de lustgevoelens.