

Osho Body Wisdom

Een holistisch genezingsproces

Op zoek naar het 'ja' voor het leven

door Anita Gatz

Originele Duitse titel:

**Osho Body Wisdom – Ein ganzheitlicher Heilungsprozess
Auf der Suche nach dem „Ja“ zum Leben**

1e druk: november 1995

2e druk: oktober 1999

Osho Body Wisdom – eigen uitgeverij

Auteur: © Anita Gatz

Vertaling: © Allard van Gent

Nederlandse uitgave: januari 2025

Uitgeverij: Brave New Books

ISBN: 9789465124391

www.lichtquelle-glonn.de

Osho, bedankt voor het ontwaken

Ik dank ook mijn vrienden, cliënten en vooral Ila, voor de energetische ondersteuning in dit proces.



INHOUD

	Pagina
1. Introductie tot het Body Wisdom werk	3
2. Een eenheid: lichaam - gevoel - gedachte	6
3. Conditioneringen - gedragsmodel	13
4. Levensthema's - evolutieproces	20
5. Luisteren naar het lichaam	27
6. Ziekteverschijnselen als roep naar bewust 'zijn'	33
7. Lichaamscellen als gegevensdragers	39
8. Lichaamstekeningen - energetische röntgenopnamen	53
9. "Ja" en "nee" tegen het leven	79
10. Acceptatie - de grootste uitdaging	88
11. Geheel zijn - genezing	93

Het lichaam is het grootste mysterie in het hele bestaan. Dit mysterie moet bemind worden – de mysteries en het functioneren ervan moeten grondig worden onderzocht.

OSHO Om Shantih Shantih Shantih

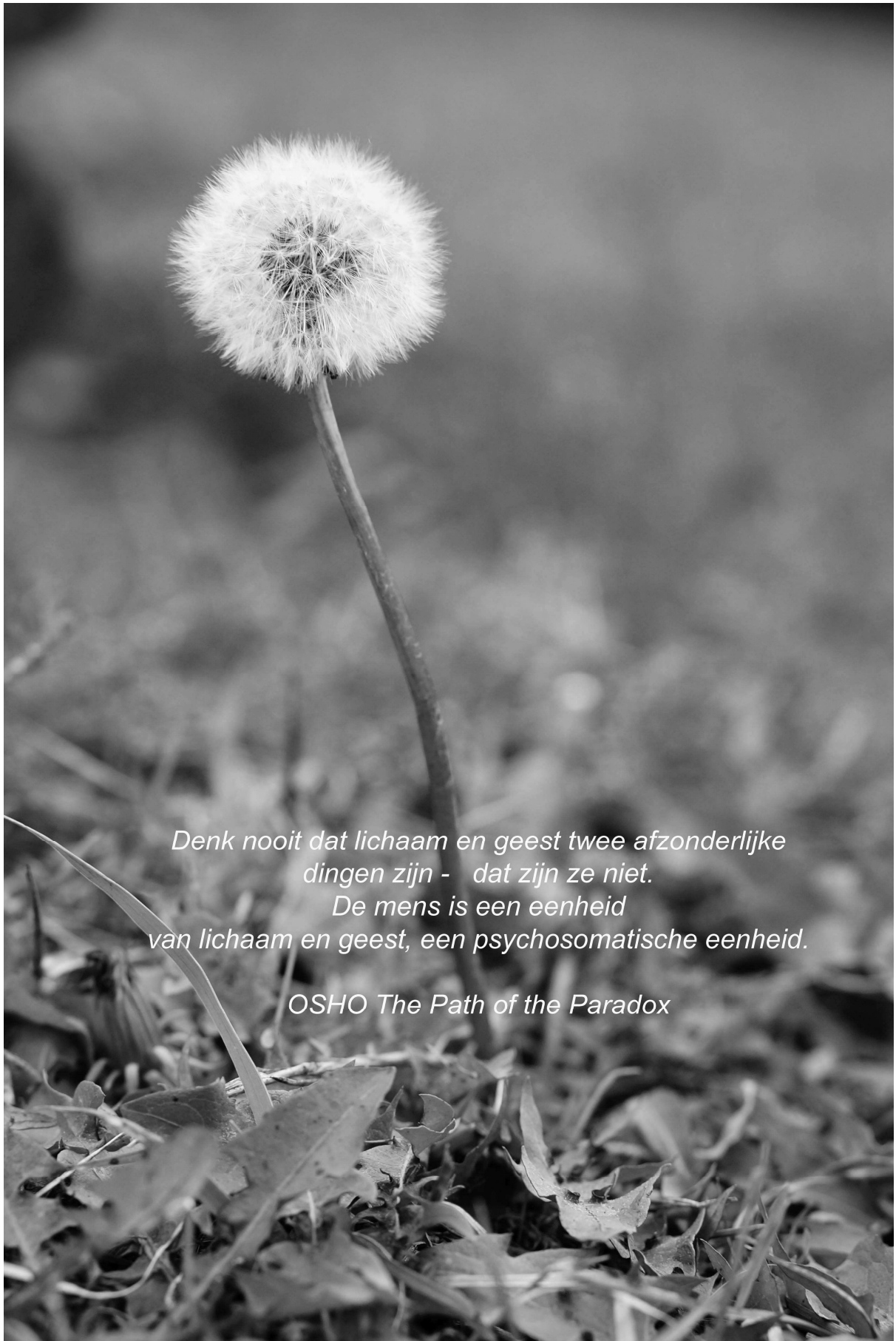
1. Introductie tot het Body Wisdom werk.

Als ik terugkijk op mijn leven – ik ben nu 52 jaar (noot van de vertaler: dit boek verscheen in 1995) – realiseer ik me dat mijn leven vanaf mijn drieëntwintigste ingrijpend begon te veranderen. Op dat moment werd ik ziek. Ik had een studerende echtgenoot, twee jonge kinderen van tweeënhalve en anderhalf jaar oud, en nauwelijks geld om van rond te komen. Ik werkte dagelijks en bracht mijn kinderen 's ochtends naar mijn ouders, om ze 's avonds weer op te halen. In de weinige vrije tijd die ik had, typte ik de scriptie van mijn man uit.

Na ongeveer een week ging het mis: ik kreeg pijn in mijn hele lichaam, vooral in mijn gewrichten. Bewegen werd bijna onmogelijk en 's nachts kon ik zelfs niet meer liggen. De diagnose was reuma. Na uitgebreid onderzoek bleek het niet alleen om reuma in mijn gewrichten te gaan, maar ook in het bindweefsel.

Meestal is het verloop na zo'n diagnose voorspelbaar. Drie jaar lang leek het erop dat ik moest leren leven met constante pijn en afhankelijkheid van zware medicatie. Toch begon ik me gaandeweg te verdiepen in mijn symptomen. Ik observeerde ze nauwkeurig en hield alle veranderingen bij. Uiteindelijk ontdekte ik verbanden tussen mijn gevoelens, gedachten en fysieke klachten. Dat was 26 jaar geleden het begin van mijn werk met Body Wisdom. Door het ontdekken van de samenhang tussen lichaam, gevoel en gedachte ontstond mijn fascinatie voor lichaams- en energiewerk – een fascinatie die tot op de dag van vandaag blijft groeien. In de jaren die volgden kreeg ik steeds opnieuw de kans om door verdere scholing en persoonlijke ontwikkeling mijn kennis en ervaring te verdiepen. Uit mijn werk met veel mensen is het begrip Body Wisdom ontstaan. In 1984 ontmoette ik Osho, wat mijn werk opnieuw fundamenteel veranderde. Het is moeilijk in woorden te vatten wat er precies anders werd, maar mijn begrip van "genezing" of "heel zijn" kreeg een nieuwe dimensie, waarvoor ik diepe dankbaarheid voel.

Tot op de dag van vandaag weet ik dat deze ziekte, met de stijfheid, onbeweeglijkheid en pijn, nodig was om me te laten inzien dat het in dit leven om mij gaat. Dat het mijn taak is om bepaalde levensthema's verder uit te werken. Eén van die thema's is dit werk, dat ik nu als een deel van mijn bestemming beschouw. Ik weet inmiddels dat ik in een ander leven al ervaring heb opgedaan met dit pad. Mijn spirituele groei en mijn werk zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden, en ik ontvang daaruit een voortdurende, diepe ondersteuning van buitenaf.



*Denk nooit dat lichaam en geest twee afzonderlijke
dingen zijn - dat zijn ze niet.
De mens is een eenheid
van lichaam en geest, een psychosomatische eenheid.*

OSHO The Path of the Paradox