

1-4-2024

Mijn ervaring tijdens mijn behandeling in januari 2024 bij Peter Tol.

Via mijn vriendin hoorde ik over het bestaan van de mind-resonantie behandelwijze van Peter. Toen ik op zijn site ging lezen, was eigenlijk mijn interesse al gelijk gewekt. Al was iemand die mijn vriendin kende door haar doorverwezen naar Peter met Long-Post Covid klachten. Toen ik de reviews ging lezen waren het dan ook vooral reviews van mensen met Long-Post Covid klachten! Maar toch voelde het als iets waar ik heel graag heen wilde gaan. Ik kan niet duidelijk zeggen welke klachten ik echt had. Ik was neerslachtig, voelde mij vaak niet goed genoeg, cijferde mezelf helemaal weg, alles en iedereen was altijd belangrijker dan ik zelf. Achteraf gezien ging ik gewoon dagelijks over mijn eigen grenzen heen.

Het duurde toch nog zo'n twee jaar voordat ik pas echt de stap durfde te nemen. Die stap nam ik nadat ik van de ene op de andere dag te horen kreeg dat directie en managers op mijn werk hadden besloten om na 6,5 jaar zonder mij verder te willen gaan. Die mededeling was er één als donderslag bij heldere hemel. Het was een behoorlijk klap die ik te verwerken kreeg en ook niet had zien aankomen. De communicatie ging erg moeizaam. Er moesten advocaten bij aan te pas komen. Ik ben naar een bedrijfsarts, mijn eigen huisarts en de praktijkondersteuner geweest en er werd zelfs een mediator ingeschakeld. Door dit alles kreeg ik te maken met huilbuien, stress, angst, en paniek aanvallen, het voelde alsof ik met een soort "trauma en of rouwverwerking" te maken kreeg. Eigenlijk alles wat in het rijtje staat waar Peter je bij kan helpen. En toch heeft het tijd gekost voordat ik het formulier durfde in te vullen en te versturen. Ik heb in september 2023 eindelijk de koe bij de horens gepakt, en het formulier ingevuld.

Toen Peter mij belde kon ik dan ook alleen maar huilen! Ik voelde dat ik zo diep zat, dat er echt wel iets moest gebeuren. Er was een wachttijd van een paar maanden. Ik kon in januari terecht en heb deze afspraak dan ook met beide handen aangepakt. Ook ik ben voor 2 behandeldagen richting Zeewolde afgereisd.

Zoals iedereen het beschrijft was de eerste dag ook bij mij de intake dag. Een dag waarbij Peter veel met je praat en gaat kijken wat en waar jouw vraag en verwachtingen liggen. Of er een klik is en of beide partijen het zien zitten om ervoor te gaan. Er wordt uitgelegd wat je de tweede dag kunt verwachten en wat er allemaal gaat gebeuren. Peter neemt je stap voor stap mee en legt alles duidelijk en rustig uit en neemt ook echt alle tijd voor je. Ik was best een beetje nerveus voor dag twee! Zou er bij mij net zo'n goed een resultaat komen als bij de mensen van de reviews die Long-Post Covid klachten hadden?

De tweede dag begon met een aantal vragen die hij zou stellen en tegelijkertijd zou hij kijken naar de lichaamstaal.

### **De eerste Sessie.**

De oefening die ik moest doen, deed ik voor mijn gevoel heel duidelijk. Maar de opmerking van Peter was dat ik veel meer deed dan mij werd gevraagd. Dit was een echte eyeopener! Dat deed ik dagelijks, en...bij iedereen! Dus die kwam wel even binnen! Maar gaf me tegelijkertijd ook wel duidelijkheid.

Toen kwam de chakra oefening, die was nodig om mijn lichaam goed open te zetten voor wat er verder komen ging. Ik was bang dat ik moeite zou hebben om mijn chakra's open te zetten omdat ik mezelf met dat soort dingen niet zo bezighield en dit een beetje "zweverig" vond.

Nadat ik mijn best had gedaan gebruikte Peter hele speciale klankschalen. om mij geopende chakra's te controleren. Ik kan me nog heel goed herinneren, dat telkens wanneer we naar een nieuwe verdieping gingen en de klankschaal zuiver klonk, dat ik daar zo van genoot en daar met een glimlach lag en dacht "yes" het gaat mij ook lukken! Toen kwam het bevrijden van mijn eigen aangeboren "ik". Die ervaring was zo iets bijzonders, dat ik het nog altijd niet goed onder woorden kan brengen.

### **De tweede sessie**

De geleide meditatie, de deuren die geopend werden en de personen die achter de deuren zaten. Er kwamen blokkades naar boven van jaren geleden, er kwam nog iets van 20 jaar! geleden naar boven wat blijkbaar nog verwerkt moest worden. Ook heeft het mij rustiger gemaakt en meer inzicht gegeven in de moeilijke periode naar mijn ontslag toe. Ik zou nog afscheid mogen nemen van de bewoners op het werk, waar ik toch ook wel een beetje tegenop zag. Niet voor de bewoners, ik zag op tegen het weerzien van de directie en managers omdat het niet in goede harmonie was gegaan. Tijdens die sessie had Peter mij voorspeld dat er dingen zouden kunnen gebeuren, en echt waar, hij heeft gelijk gehad! Ik heb het Peter nog niet verteld, maar...hij heeft wel gelijk gehad! Tijdens het afscheid was ik vol zelfvertrouwen en ben ik heel erg bij mezelf gebleven.

Ook had hij gezegd dat mensen die dicht bij me staan misschien wel moeite zouden kunnen hebben met "mijn groei" van de afgelopen twee dagen. Dat begreep ik niet zo goed, maar ik dacht dat zien we dan vanzelf wel. En dat klopte, ik was in die 2 dagen zoveel meer gegroeid dan ik had verwacht. Ik reed vrijdag terug naar huis, en zaterdag vielen mij al een aantal stappen/ positieve veranderingen op, die ik deed waarvan ik voorheen niet durfde te dromen. Ik koos voor mezelf zonder erbij na te denken. Het is ondertussen alweer een aantal maanden geleden, en ik doe nog steeds mijn oefeningen die ik als huiswerk de eerste 2 weken moest doen en doorsturen.

Natuurlijk valt het niet altijd mee, en maak ik soms nog weleens dezelfde "fouten" als in het verleden. Maar... het inzicht is er, en dat is een goede start naar een nieuw leven om er anders mee om te gaan. Een leven waar ik er mag zijn, veel zekerder ben van mezelf, voor mezelf opkom en eigenwaarde heb en in mijn kracht sta.

Dank je wel Peter, groetjes J.S.