

### Waarin is PMA (Progressive Mental Alignment) anders dan andere technieken?

**Andere technieken voegen meestal iets toe aan je bewuste programma. PMA neemt onderbewuste belemmeringen weg.**

Door een vergelijkende studie van bekende en recente wetenschappelijke ontwikkelingen is duidelijk geworden dat de oplossing niet is gelegen in het aanleren van nieuwe gedragspatronen, maar in het opsporen en transformeren van verborgen onderbewuste bronnen van remmende en saboterende overtuigingen. Dat ieder mens herinneringen uit zijn leven opslaat in zijn brein is een algemeen aanvaarde opvatting. Het is duidelijk geworden waarin ons brein sommige herinneringen worden opgeslagen of welke gebieden geactiveerd worden als we ons iets herinneren. **PMA is een oplossingerichte aanpak.**

PMA bewijst het bestaan van storende elementen die ons belemmeren in het pro-actief nastreven van de doelen in ons leven. Ze zijn de oorzaak van onze beperkende overtuigingen, slechte gewoonten en psychosomatische klachten. Wij noemen ze **BAD Clusters**.

Bad clusters weerhouden ons ervan om te worden wat we willen zijn, door willekeurig onze fysiologie te beïnvloeden met sterke negatieve gevoelens die geen basis hebben in de werkelijkheid. Ze dienen geen enkel doel, maar blokkeren wel de vrije doorstroom van onze creatieve energie, die ze omvormen in angsten, frustraties, beperkende overtuigingen en contraproductieve gedragspatronen.

Met PMA sporen we deze bad clusters op en geven we ons brein de gelegenheid om ze te neutraliseren. Zodra dit gebeurt stopt de negatieve invloed meteen. De energie die ze gebruiken komen vrij voor onze werkelijke doelen in het leven. PMA is een praktische methode die haar krachtige uitwerking op ons leven bewijst door de zichtbare resultaten.

## Hoe werkt PMA?

Geschreven door Administrator

woensdag 26 januari 2011 09:03 - Laatst aangepast woensdag 13 februari 2019 08:14

---

Elke ervaring die wij als bedreigend ervaren, veroorzaakt een gevoel van angst en spanning in ons lichaam. Onze natuurlijke reactie is om ter bescherming van onszelf deze situatie te ontvluchten. Op elk moment van ons leven worden onze zintuiglijke waarnemingen opgeslagen in ons brein. We gebruiken opgeslagen ervaringen als vergelijkingsmateriaal om nieuwe indrukken die via onze zintuigen binnen komen te interpreteren. Als je een herinnering opslaat in je brein, dan herinner jij je niet alleen de situatie of de gebeurtenis, maar je weet ook welke kleding je toen aan had, hoe het weer was, hoe jij je toen voelde, welke muziek of geluid je hoorde enz. Opgeslagen ervaringen noemen we clusters.

Een cluster wordt automatisch geactiveerd door zintuiglijke waarneming wanneer er in de elementaire gegevens voldoende overeenstemming bestaat met de binnenkomende informatie. Deze overeenkomsten bestaan uit elementen zoals kleuren, vormen, geluiden, woorden, geuren etc. Elke opgeslagen cluster kan door dit proces worden geactiveerd, vanaf onze allereerste ervaringen.

Een bad cluster daar tegenover is een onvolledige cluster die de elementaire gegevens van een eerdere ervaring bevat, maar niet volledig is gecodeerd. De bad cluster is gevormd op een moment waarop de analysefunctie van ons brein tijdelijk uitgeschakeld was. Als gevolg daarvan ontbreekt de identificerende codering. Alle elementen zijn er wel, inclusief de codes die ons gevoel van dat moment vastleggen.

### Een voorbeeld:

Je hebt een nieuwe collega, die nog maar net drie weken op kantoor is. Iedereen vindt hem aardig, maar jij niet. Je kunt niet zeggen wat er is. Elke keer als je hem op de gang tegen komt groet hij je vriendelijk, maar jij vindt hem niet vriendelijk. Je leidinggevende heeft gevraagd om hem in te werken. Dat betekent dat je hem elke dag zult zien en spreken. Je bent kortaf naar hem, je vindt dat hij uit zijn mond stinkt en iets van je aannemen doet hij ook al niet. Als je met hem alleen bent, ben je op je hoede. Je hebt bij jezelf gemerkt dat je een knijpend gevoel in je keel krijgt. Kennelijk is er een badcluster actief. Dit is een stoorzender geworden in het contact met die specifieke persoon. Ook situaties of plaatsen kunnen ons onbewust triggeren, het beïnvloedt ons: we vermijden om met de auto te rijden langs een kanaal, we komen liever niet in een bepaalde kamer, hebben moeite een gebouw binnen te gaan, liever tien verdiepingen met de trap als met de lift, we krijgen rillingen als we spinnen zien.

## Hoe werkt PMA?

Geschreven door Administrator

woensdag 26 januari 2011 09:03 - Laatst aangepast woensdag 13 februari 2019 08:14

---

**Welk gevoel roept de foto op?**



Spanning? ( Griezelfilm)

Opluchting? ( Het liep goed af)

## **Hoe werkt PMA?**

Geschreven door Administrator

woensdag 26 januari 2011 09:03 - Laatst aangepast woensdag 13 februari 2019 08:14

---

Angst ? ( Het onbekende waarom die vrouw schrikt)

Verliefdheid ? ( Ik zat met mijn liefje naar die griezelfilm te kijken)

Kippenvel ? ( Want ik schrik)

Spierspanning ? ( Vluchten, wegwezen)

**Eén gebeurtenis: verschillende gevoelens en reacties**