

C] Waar kon my skuldgevoelens [letsel] ontstaan het?

en die inpak wat dit het op my persoonlikheid.

Ek wil weghardloop van alles af Ek wil moed opgee Ek is soms neerslagtig

Ek is soms moedeloos Die lewe is onregverdig vir my Ek voel soos 'n mislukking

Ek is soms eensaam Ek vel soms terneergedruk Die lewe is sinloos

Ek voel soms depressief Ek eet nie meer goed nie Ek wil net alewig gaan slaap

Ek voel ek is altyd die skuldige persoon ... Ek voel soos 'n boemelaar Ek is jaloers

Soms wens ek dat ek nooit sal wakker word nie Ek is gemolesteerd

Ek het dit al oorweeg om selfmoord te pleeg Ek het alreeds probeer selfmoord pleeg Soms voel ek misbruik Ek het ongure gedagtes rakend die seksuele Ek het 'n geslagsiekte Kan nie ander vertrou nie Ek verdien dit nie om te lewe nie Ek voel dood/gevoelloos in my wese

Ek twyfel soms aan 'n God

Artikel in die Huisgenoot 16/09/04

As jy antidepressante sluk... Moenie ophou sonder dat u die dokter raadpleeg nie.

Moenie net ophou nie ... spoen jouself af deur elke week die dosis te verminder van 'n volle pil na kleiner gedeeltes van die pil. - Neem die selfde tyd meer vitamines en minerale in.

Tussen vier en ses weke na die vermindering gaan u begin resultate behaal. Doen ook asemhalingsoefeninge deur lug diep deur u neus in u longe in te trek. -dit gaan die serotienvlak in die brein verhoog-

Begin ook nou gereeld oefeninge te doen. 'n Vinnige om die blok stap gaan verseker u help teen onttrekkingsimptome. Vermy alkohol, nikotien en kafeïen terwyl u afstand doen van die gewoontevornende verslawing.

Nou kan u die volgende doen: Herhaal bemoedigende boodskappe aan jouself, soos: "Ek is in staat tot alles deur Christus wat my die krag gee en met my God loop ek 'n bende storm." Alles het begin a.g.v. 'n traumatiese ondervinding, wis nou die gedagtes uit deur lewendgewende woorde.

Nagevolge van antidepressante ... Die oë in die spieël herken ek nie meer nie. Die gesig hier voor my is die van iemand wat ek net vaagweg onthou. Dit lyk soos ek. Dalk is dit ek, maar vandat die soveelste nuwe antidepressant drie weke gelede ingeskop het, spoel die emosies soos golwe oor my. lewers trek 'n onsigbare poppemeester die toutjies. 'Jy is deesdae so in beheer, so rustig,'sê iemand

Gepaardgaande met die depressiewe gevoel kom die volgende ook voor:

(a) Eet en gewigsversteurings (b) Slaapversteurings. (c) Psigomotoriese versteurings .. Die versteuring het twee vorms, nl.: Psigomotoriese vertraging die persoon kom baie moeg voor, praat en reageer stadig en Psigomotoriese agitatie die persoon kom baie rusteloos voor, kan nie ontspan nie, wring sy hande en kla aanmekaar. (d) Verlies aan belangstelling of genot. (e) Verlies aan energie. (f) Probleme om te dink en te konsentreer. (g) Herhalende gedagtes rakende die dood of selfmoord Daar word gereken dat ten minste 60% van alle selfmoorde se wortel gesoek kan word by depressiwiteit. (h) Skuldgevoelens. Myns insiens is dit die wortel van die meeste depressiewe gevalle. Skuldgevoelens wat nog nie voor die Here bely en erken is nie. Verwyder die skuldgevoelens en die persoon se depressiwiteit verdwyn soos mis voor die son. Depressie kan gewortel wees in sonde soos in Psalm 38. Dit kan ook ontstaan deur 'n gevoel van mislukking of ontoereikendheid, en kan selfs veroorsaak word deur onbenullighede in 'n persoon se lewe.

Ondervinding wat opgedoen is nadat ons letterlik duisende mense beraad het; sê vir my een ding oor en oor. As die persoon se ouers al reeds voor geboorte probleme in die huwelik gehad het, is die kans baie goed dat die persoon ook soortgelyke probleme in sy eie lewe gaan ondervind.

Veronderstel die ouers moes trou, kan die kind voel dat hy die oorsaak is dat die twee mense wat nie werklik bymekaar wou gewees het nie, nou vasgemaak is aanmekaar. Daar sal ook gevind word dat die kind altyd skeidsregter sal wil wees in huwelikskonflikte tussen die ouers. Veronderstel die ma is sieklik, sal die kind voel hy was die direkte oorsaak van ma se siekte terwyl sy hom verwag het.

Of veronderstel ma-hulle wou 'n seun gehad het, maar in die utero is 'n dogter... die meisie sal dan oorkompenseer deur soos 'n 'tomboy' op te tree. In die latere huwelik sal die meisie wil optree soos die hoof van die huis, wat groot ongelukkighede sal veroorsaak in die strukturering van God se plan in die huisgesin. Hierdie kinders word reeds met 'n skuldkompleks gebore.

Die geboorte sal gewoonlik 'n maklike geboorte wees en die kind sal ook altyd op die agtergrond wees; die sogenaamde soetkind-sindroom. Hierdie kinders leef nie meer werklik nie, liggaamlik wil dit goed voorkom, maar geestelik is die kind dood. Geestelik onsensitief vir God se Heilige Gees. Dit is ook gewoonlik hierdie kinders wat deur andere misbruik word. Seksuele molestering is nie net penetrering nie, maar ook betasting, ontbloting of teen jou wil 'n seksuele daad vir 'n ander doen.

'n Werklike geval soos opgeteken in die Beeld 14 September 2004.

Gevolge van die verkragting. Kontak verbreek met haar vriende
Slaapversteurings. Eetversteuring Depressie en angsaanvalle Gevoel
soos 'n verworpene en nutteloos gevoel Het my 'tinerwees' verloor en
het oud geword Erge geestelike en emosionele pyn het gevolg.

'N KIND MET 'N SKULDKOMPLEKS IS OOK
DIE KIND WAT SEKSUEEL GEMOLESTEER
WORD EN OOK VROEG IN SY LEWE DIE
LEWE AS SINLOOS BESKOU. DEPRESSIE EN
OOK SELFMOORDNEIGINGS VOLG.

Twee uit elke drie kinders –seuns en dogters- word gemolesteer en dit is tien jaar terug se statistiek. Huidiglik het S.A. die hoogste molesteringssyfer wêreldwyd. Die selfde nagevolge word ondervind by mans en vrouens.

MOLESTERING IS NIE NET PENETRERING NIE MAAR OOK ... Ontbloting , Betasting Penetrering Amper gemolesteerd Seksuele daade gesien Pornografie, Bloufilms Vuil grappe gehoor Bogenoemde gaan verseker 'n inpak in u lewe hê

Selfmoord, 'n werklike geval.... Judas die dissipel van Jesus voel skuldig oor sy verraad en pleeg selfmoord. Selfmoord is die hoogste vorm van rebellie teenoor jou Skepper. Dit dui op 'n opstandigheid teenoor die lewe wat Hy jou skenk. Dit is soos die seun wat vir sy vader sê "Ek sal nie in jou tuin werk nie" Ook die reaksie van die 'skrifgeleerdes' "wat het ons met jou te doen" dui ook op die reaksie van baie kerke ... gaan maar jou gang, ons kan jou nie help nie en dan, sou hy selfmoord pleeg dan veroordeel ons hom en ook sy naasbestaandes. **Dit is die 'kerk' wat hierdie mense moet help.**

n Gebed wat amper te laat was..... Dawid word vasgevat deur sy leraar naamlik die profeet Natan. Hy konfronteer hom oor sy sonde met sy buurvrou en Dawid skrik wakker uit sy versluiting. Kom laat ons terug dink. Satan vuur Dawid aan om die sonde te doen. Hoe kry Satan dit reg om die mensekind te verlei? Alles begin by 'n gedagte. neem u Heilige Gees nie van my weg nie.

Psa 51:1 Vir die musiekleier. 'n Psalm van Dawid, toe die profeet Natan na hom gekom het, nadat hy by Bâtseba ingegaan het. Wees my genadig, o God, na u goedertierenheid; delg my oortredinge uit na die grootheid van u barmhartigheid. Was my heeltemal van my ongeregtigheid en reinig my van my sonde. Want ék ken my oortredinge, en my sonde is altyddeur voor my. Teen U alleen het ek gesondig en gedoen wat verkeerd is in u oë, sodat U regverdig kan wees as U spreek, rein as U gerig hou ... Ontsondig my met hisop, dat ek kan rein wees; was my, dat ek witter kan wees as sneeu. Laat my vreugde en blydskap hoor; laat die gebeente juig wat U verbrysel het. Verberg u aangesig vir my sondes en delg uit al my ongeregtighede. Skep vir my 'n rein hart, o God, en gee opnuut in die binneste van my 'n vaste gees. Verwerp my nie van u aangesig nie en neem u Heilige Gees nie van my weg nie.