

Fobie & vorig leven

‘ALS WOLVEN ME TE PAKKEN KRIJGEN...’



Als kind was Myra bang voor wolven onder haar bed. Die angst verdween naarmate ze ouder werd. Maar sinds er wilde wolven vrij rondlopen in Nederland bij de Duitse grens, is haar angst teruggekeerd. Bij reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele onderzoekt ze waarom ze zo bang blijft voor wolven. Hoogste tijd om herinneringen aan een voorbij leven in juist perspectief te zien.

TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER

Myra (50) was als kind bang dat er wolven onder haar bed zaten. “Bij mijn zusje waren het enge mannen, bij mij wolven.” Als ze nachts naar de wc moest, duurde het lang voordat ze uit bed durfde te stappen. “Dan nam ik een reuzensprong, rende de slaapkamer uit en hoopte dat die wolven me niet te pakken zouden krijgen.” Terug in bed, kroop ze diep weg onder de dekens. “Er mocht niets uitsteken, want dan zouden ze me alsnog pakken.” Als 12-jarige kreeg ze een tas cadeau, een vakantiesouvenir uit Rome. “Daarop stond aan de ene kant het Colosseum afgebeeld, aan de andere kant de wolvin met de twee baby’s Romulus en Remus. Volgens een oud volksverhaal werden deze baby’s in de rivier de Tiber geworpen. Een wolvin vond ze en zoogde ze. Na een ruzie vermoordde Romulus zijn tweelingbroer Remus en gaf zijn naam aan de nieuw gestichte stad, Rome. Ik kende de legende en vond de tas mooi, maar ’s nachts gaven de fluorescerende groene ogen van de wolvin licht. Ik durfde niet eens uit bed om de tas om te draaien.”

‘Het geluid dat een wolf maakt, dat hoge huilen. Daarvan krijg ik echt kippenvel’

Huilende wolven

Myra las het kinderboek *Miyax, de wolven en de jager*. “Dat gaat over een jong meisje in Alaska dat overleeft door zich bij een roedel wolven aan te sluiten. Het meisje leert de wolventaal, bijvoorbeeld dat ‘in de kin bijten’ een teken van onderdanigheid is. Ze krijgt het voor elkaar dat een wolvin haar eten geeft zoals ze haar welpjes te eten geeft, door voedsel voor te kauwen en het uit te braken.”

Ze heeft dat boek nog steeds, vond het verhaal fascinerend en doodeng tegelijk. Een tweede keer heeft ze het niet durven lezen. Eenmaal volwassen verdween haar angst enigszins, om in alle hevigheid weer op te duiken bij nieuwsberichten over de eerste wilde wolf in Nederland. “Ik was niet blij, toen dat gebeurde. Hier waren geen wolven, toch? Stiekem was ik opgelucht dat dat beest later dood gevonden werd, al ben ik een groot dierenliefhebber.” Op Facebook komt ze foto’s tegen waarop wolven staan afgebeeld. “Opeens kom ik ze nu overal tegen en heus, ik zie ze liever niet.” Zelfs in de dierentuin loopt ze het wolvenverblijf vlug voorbij, haar blik afgewend. Haar grootste angst: “Het geluid dat een wolf maakt, dat hoge huilen. Daarvan krijg ik echt kippenvel.”

Omdat reïncarnatietherapie vaker soelaas biedt bij het oplossen van fobieën, gaan we samen aan de slag. Ze wil van haar angst af. Paranormale indrukken borrelen bij me op, al vanaf het moment dat Myra over haar fobie vertelt. Ik zie een kale hoogvlakte voor me, met slechts hier en daar struikgewas. Een angstige jonge vrouw in traditionele kleding, die Mongools aandoet. Ze graaft met blote handen een ondiep hol in de harde grond. Ze zoekt beschutting, maar het gegraven hol is niet diep genoeg. Samen speuren we naar meer en andere beelden, die we aaneenrijgen tot een begrijpelijke gebeurtenis. Wat kan ze zelf over deze jonge vrouw vertellen? Wat hebben wolven daarmee te maken? Uit welke richting komt het gehuil dat ik ‘hoor’? Al pratend komen we dichterbij een ervaring met wolven in de hoofdrol, lang geleden, op een Tibetaanse toendra.

Hard leven als nomade

“Ik ben pas vijftientwintig en heb niet geleerd om in mijn eentje te overleven. We waren altijd met de stam bij elkaar. Nomaden. We trekken steeds naar de plek waar voedsel is. Ons leven is hard, maar we zorgen voor elkaar, horen bij elkaar. Mijn man, ons dochttertje en ik vormen een gezin en we maken deel uit van een grotere groep van ongeveer dertig mensen. We hebben yaks (runderen) en bebouwen in de zomer een stuk land.

Ik zit in mijn hol. Dat heb ik zelf gegraven, zo goed en zo kwaad als dat ging. De grond is koud en hard, maar onder een paar lage struiken lukte het me. Het is precies groot genoeg, zodat mijn dochter Sarjung, die 4 is, en ik erin kunnen slapen. Zo zijn we ’s nachts veilig. In de verte huilen wolven, een naargeestig geluid. Mijn dochttertje begint te huilen en ik ben net zo bang als zij. Een paar dagen geleden is ons kamp aangevallen door een roedel hongerige wolven. Ik kon Sarjung nog net onder mijn arm meentrekken om te vluchten. Het was ieder voor zich. Alle vrouwen waren in paniek, de mannen waren jagen. Ik heb het met haar gered, maar ik durf niet te denken aan de vrouwen en kinderen die voer voor de wolven zijn geworden.

Na een dag en een nacht tussen de struiken, waarbij ik steeds aan het graven was om een hol te maken, durf ik het aan om terug naar het kamp te lopen. Heel voorzich-

tig en steeds goed luisterend of ik iets hoor. Zo met z'n tweetjes is het gevaarlijk en ik mis mijn man. Bij het kamp vind ik misschien sporen, zodat ik weet in welke richting de overlevenden zijn gegaan. Ik vind er een slagveld: stukgereten kleding, vijf of zes karkassen van yaks en dode mensen. Ik durf niet goed te kijken, het ziet er vreselijk uit. Ik bedek de ogen van mijn kind. Ik heb de rust niet om lang naar sporen te zoeken, ben veel te bang dat de wolven terugkomen. Na korte tijd tevergeefs zoeken, keer ik terug naar ons hol. Ik heb nog wat bessen om te eten en in de buurt van de struiken graaf ik wortels uit. De volgende dag ga ik weer zoeken naar sporen, maar ik vind ze niet. Terug naar het hol. Sarjung speelt in de buurt, terwijl ik naar eten zoek in steeds wijdere cirkels. Dan hoor ik een kreet. Ik ren terug en zie een wolvin weggrennen met mijn kind! Ze sleept Sarjung met zich mee! Mijn kind huult en schreeuwt. Mijn hart huult en schreeuwt met haar mee, want ik kan haar niet redden.



Dan ben ik alleen, ik weet niet meer wat ik moet doen. Ik zit in het hol en verdeel het beetje eten wat ik nog heb in kleine porties. Misschien moet ik gewoon gaan trekken in de hoop dat ik onze stam, of wat daarvan over is, tegenkom. Misschien zijn ze op zoek naar me, misschien ook niet, en denken ze dat ik één van de slachtoffers ben. Ineens zie ik gele ogen glimmen bij de ingang van mijn hol. Ik adem van schrik scherp in en versteen. Ik kan nergens heen, het is gedaan. Ik krijg het bloedheet, al was ik daarnet nog steenkoud. Ik duik in elkaar en bescherm instinctief mijn hoofd met mijn armen. Ik doe mijn ogen dicht, wil niet zien wat er gebeurt. De wolf grijpt me bij één schouder en bijt, gromt, trekt en sleurt me uit het hol. Mijn geest trekt zich terug. Er zijn meer wolven. Ze hebben een feestmaal."

Mannen zijn soms als wolven

Myra maakt verschillende (therapeutische) verhaalversies om de pijnlijke ervaring in het voorbije leven te begrijpen en te helen. Door te schrijven over angst voor wolven, verdriet van de vrouw om haar verloren kind en spijt over genomen besluiten, doorvoelt en verwerkt ze de traumatische gebeurtenis. Onverwacht herkent ze dankzij het schrijven haar huidige reactie op 'opdringerige mannen', die ze vaak vergelijkt met 'hongerige wolven'. Bij toenadering van zulke mannen wil ze wegluchten uit de benarde situatie, maar dat lukt niet omdat haar lichaam verstijft, net zoals bij de vrouw in het hol. Myra zoekt naar verklaringen, stelt zichzelf vragen en wil tot slot afscheid nemen van man en kind, én van de vrouw die ze eens was.

"De mannen kwamen sneller terug van het jagen dan gewoonlijk. Ze hadden wolvengehuil gehoord, maar kwamen te laat. We waren een volk van weinig emoties. Het leven was hard. De meeste vrouwen en kinderen waren gedood door de wolven. De mannen zochten niet naar de vermisten in de omgeving, daar was geen tijd voor. Mijn man

zocht de omgeving wel af met zijn ogen, alert op iedere beweging, maar hij zag me niet. Ik zat immers in het hol en hield me stil. Hij kon niet achterblijven, moest mee met de rest van de groep. In je eentje kun je in dat gebied niet overleven, ook niet als man. En ik had niet dichterbij de doden durven verblijven uit angst voor de wolven. Achteraf bezien had ik kunnen weten dat wolven niet terugkeren naar een eenmaal aangevreten prooi. Andere dieren komen er dan van eten. Ik voel nu spijt dat ik er niet was op het juiste moment, ik had met de mannen mee willen trekken. Al waren we ons kind kwijt, dan had ik nog geleefd. Hoewel, dat lijkt me ook geen pretje, doorleven met mijn man zonder ons kind. Ik zou me altijd schuldig gevoeld hebben. Ik denk zelfs dat ik me nu, in mijn huidige leven, nog steeds schuldig voel. Ik heb niet eens geprobeerd om haar uit de bek van de wolf te trekken. Wat was ik voor een moeder?"

Helende ontmoeting

Ik grijp in. "Kom mee", zeg ik tegen de 25-jarige vrouw en ik breng haar naar een mooie, veilige plek waar de omgeving heldergroen is met een prachtige blauwe lucht. Ze kijkt verwonderd in het rond. Ze kent alleen de taaie lage struiken die het op grote hoogte volhouden. Op de hoogvlakte waar zij leefde, was weinig groen en zag alles er grijs uit. Ik laat haar man en Sarjung naar deze nieuwe plek komen. Als de vrouw hen ziet, zakt ze snikkend op haar knieën op het gras. "Vergeef me", zegt ze. Haar man trekt haar omhoog en houdt haar vast. "Er valt niets te vergeven", zegt hij. "Dat leven was hard en het gebeurde gewoon. Ik heb je gemist." Het kleine meisje trekt aan hun kleding. Hij tilt hun dochtertje op en nu lijkt het op een goedkoop liefdesromannetje. Ik laat de roedel wolven erbij komen, wel op gepaste afstand. De vrouw verstijft, totdat ze ziet dat de wolven niets doen. Het lijkt alsof ze blauwe ogen hebben, geen gele. De leider is gaan zitten als een trouwe hond. Ik ben ineens weer zelf de vrouw en staar gebiologeerd naar de wolven, al ben ik nog wel bang. Ik vang hun boodschap op: 'Wij hadden honger na een strenge winter. Het was gewoon de natuur. Het was niet persoonlijk bedoeld.' Sarjung wriemelt zich los tot ze weer op de grond staat. Ze loopt naar de wolven toe. Ik adem scherp in. Niet wéér! Maar ze aait de wolf en hij gaat aan haar voeten liggen. Nu durf ik er ook naartoe, maar als ik dichterbij kom gaat de wolf staan. Ik houd in. 'Ik voel je angst', huult de wolf. Sarjung legt haar armpjes om de nek van de wolf en hij gaat weer zitten. Ik wil niet meer bang zijn en ga ook zitten. De wolf gaat liggen. 'Als je niet bang bent, zie je dat we hetzelfde zijn.' Mijn man van toen kijkt glimlachend toe.

Krachtdier

Door te werken met de herinnering aan dit nomadenleven op de Tibetaanse hoogvlakte, begrijpt Myra dat de kans op herhaling om door een loslopende wolf verscheurd te



‘Twee wolven zijn ontsnapt uit de dierentuin van Amersfoort.

Hoe groot is de kans dat zo iets uitgerekend nu gebeurt?!’

worden in het verstedelijkte Nederland van nu, minimaal is. Haar angst voor wolven neemt af. Het zullen zeker haar lievelingsdieren niet worden, maar hardnekkige gedachten ‘dat wolven haar te pakken nemen’ met hun ‘enge gele ogen en hun akelige gehuil’, zijn gereduceerd tot nul. Ze lacht, wanneer ik positieve punten van de dieren opsom. Wolven staan aan de top van de voedselketen, ze brengen het ecosysteem in balans. In Nepal, Tibet en China beschouwen boeren die in de bergen wonen, wolven nog steeds als veedieven, maar eenmaal gevangen en gedood worden de organen gretig verhandeld. De tong van een wolf - zogezegd een krachtig medicijn tegen keelpijn - brengt flink geld op. Chinezen bewaren de schedel en vier poten van een gedode wolf in huis, omdat dit geluk zou brengen met kaartspelen. Heeft ze weleens gehoord van orakelkaarten waarop dieren zijn afgebeeld? Zulke kaarten kunnen helpen bij de symbolische verklaring waarom juist nu een specifiek dier in iemands leven de aandacht trekt: “Als je de Wolfkaart trekt, ben je in staat je persoonlijke kracht met anderen te delen en krijg je zin

om je kennis over te dragen.” Gelukkig zijn wolven niet altijd menseneters. Ik vertel Myra over een andere cliënte die haar liefde voor wolfshonden onderzoekt. Huidige viervoeters herinnerden haar onbewust aan mooie jaren uit een voorbij leven, waar wilde wolven ‘hondstrouwe’ gezelschapsdieren waren geweest voor een pelsjager in barre weersomstandigheden.

Na het consult houden we contact. Myra e-mailt over ‘de wolf als totemdier’ en de betekenis: heldhaftigheid en overwinning. De wolf die staat voor trouw, sympathie, intuïtie, loyaliteit en vrijheid. In een berichtje terug zet ik: ‘Ik las dat er twee wolven zijn ontsnapt uit de dierentuin van Amersfoort. Hoe groot is die kans, dat zo iets uitgerekend nu gebeurt?’ Haar antwoord: ‘Haha, ja. Ik kon het nieuwsthem op tv heel rustig bekijken, ik was niet eens bang, vond het gewoon interessant.’

Op een gepast tempo zijn de angstaanjagende wolven uit Myra’s leven geslopen. •

