



HET CHINESE KOMPAS



Reïncarnatieverhalen

Marianne Notschaele-den Boer

HET CHINESE KOMPAS

Reïncarnatieverhalen

Marianne Notschaele-den Boer



Uitgeverij RHA Publishing – Zundert

Niets uit deze uitgave mag door middel van elektronische of andere middelen, met inbegrip van automatische informatiesystemen, worden gereproduceerd en/of openbaar gemaakt worden zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit e-book in pdf mag je doormailen aan anderen, maar het is niet geoorloofd wijzigingen aan te brengen in bestaande teksten en/of lay-out of verhalen te kopiëren voor ander gebruik.

Het copyright van *Het Chinese kompas* berust bij Uitgeverij RHA Publishing.

© Inhoud/tekst - Marianne Notschaele-den Boer, april 2021

© Gratis e-book, Uitgeverij RHA Publishing te Zundert

© Foto's uit privébezit en bewerkte rechten vrije foto's van Pixabay.com

© Coverafbeelding Marianne Notschaele-den Boer, kompas, privébezit

ISBN 978-90-820919-4-6

NUR 720

INLEIDING

Intuïtie

Om tot een juist of wijs besluit te komen gebruiken we niet alleen redelijke argumenten, maar ook ons innerlijk kompas, onze intuïtie.

De één is beter in het volgen van en vertrouwen op intuïtieve wegwijzers dan de ander. Wat 'goed voelt' voor de één, kan compleet anders 'voelen' voor de ander. We varen allemaal een andere, persoonlijke koers in het leven.

Ondanks gebruik van een intuïtief of moreel kompas varieert ieders levenswandel; diepe dalen, kleine hobbels, pech, tegenslag, geluk. Het ligt er maar net aan wat we als zielen in mensenlichamen op deze aarde komen doen.

Symbolisch gezien staat het kompas voor eenheid, oneindigheid, harmonie, goede energie.

Feng Shui-volgers menen dat het kompas als symbool bijdraagt tot het verkrijgen van geluk, welvaart en rijkdom.

In de wereld van tatoeage geeft een kompasteken op de huid 'de juiste richting aan in het leven'. Matrozen en militairen laten nogal eens een kompasafbeelding op hun lichaam tatoeëren als amulet, in de hoop altijd veilig thuis te komen.

Wandelaars en avonturiers gebruiken het kompas-instrument om tijdens hun reizen de juiste bestemming te bereiken.

Vertrouwen we gedurende ons leven op ons innerlijk kompas, dan staan we sneller achter genomen besluiten en de gevolgen daarvan. Omgaan met moeilijke of pijnlijke situaties blijkt bovendien minder lastig als we nare zaken in het leven zien als 'niet toevallig', een levensles of mogelijkheid tot spirituele groei.

Magnetische kleigod in Egypte

In het oude Egypte, lang voordat de Chinezen het kompas uitvonden, zouden hogepriesters al kennis hebben gehad van het aardmagnetisme.

Er doet een verhaal de ronde dat tempelpriesters ter ere van de god Amon beeldjes lieten maken van rivierklei. In het midden van zo'n beeldje - god Amon, die op een mens leek - plaatste men een stukje magneet-ijzerkristal. De gebakken lemen beeldjes hing men aan lange draden.

Door het aardmagnetisme wees de rechterarm van de kleigod altijd dezelfde kant uit, naar het noorden.

Zeevaart

De voorloper van de kompasnaald was zeilsteen, een door bliksemingslag gemagnetiseerd geraakt mineraal, magnetiet. Zeevaarders bevestigden het magnetische stukje steen op een houten plankje en lieten dat op hun

schepen in een met water gevulde tobbe drijven. Bij bewolkte hemel konden zeevaarders op deze manier - in plaats van te letten op zon, maan en sterren - toch globaal hun richting bepalen.

Zuidenaanwijzers

De eerste werkende kompassen ontstonden in China rond 470 voor Christus. Op een vlakke plaat legde men een kleine lepel, waarvan de punt gemaakt was van magnetisch erts. Deze kompassen werden *Zhi nán zhēn* genoemd, zuidenaanwijzers.

Tijdens de Song dynastie (960-1129) vond men een nieuwe versie van het kompas uit. In een bak water liet men uit hout gesneden, magnetische waterbeestjes drijven. Meestal ging het om een vissenkopje van hout dat de richting naar het zuiden aangaf.

Nog wat later ontwikkelde een Chinese geleerde een preciezer kompas met een magnetische naald.

Naaldkompas

In de 12^e eeuw verspreidde het kompasgebruik zich vanuit China via de Arabieren naar Europa. Ontdekkingsreizen over zee kregen in die periode de naam *Zhēn lù*, naaldenroutes.

De kompasnaald draait met het ene einde naar de magnetische noordpool van de aarde, met het andere einde naar de magnetische zuidpool.

Vanaf 1350 waren de meeste schepen in Europa voorzien van een droogkompas.

Kompassen werden verder geperfectioneerd tot instrumenten waarvan de naald vrij ronddraaide en waarvan ook de windrichting kon worden afgelezen. Deze windkompasrozen bevonden zich in een klein doosje, dat in lijn met de kiel van het schip vastgemaakt werd.

Tegenwoordig vertrouwen we eerder op *Google Maps* om onze richting te bepalen en checken, dan dat we een kompas *app* raadplegen op onze smartphone.

Spirituele ontdekkingsreis

Eens in de zoveel tijd herlees ik artikelen die ik schreef over reïncarnatietherapie en werken met inzichten uit voorbije levens. Praktijkverhalen voor spirituele magazines, tekstbijdragen voor boeken van andere auteurs, interviewverslagen. Lang niet iedereen kent al mijn werk, en omdat een schrijver graag ziet dat zijn verhalen gelezen worden, zoek ik enkele verhalen uit om ze in een nieuwe vorm te gieten: een gratis te downloaden e-book voor een andere lezersdoelgroep dan zij die mijn verhalen al kennen.

Tijdens de samenstelling van *Het Chinese Kompas* volgde ik mijn intuïtie. Ik zocht verhalen bijeen, bedacht hoe de volgorde eruit moest gaan zien, paste teksten aan, bedacht een titel, het coverplaatje, schreef een inleiding. Om tot slot zelf te begrijpen waarom ik dit e-book zo nodig wilde creëren.

Dat is altijd een magisch moment, zelf iets belangrijks ontdekken door wat ik het liefst doe: therapie met cliënten en (praktijk)verhalen schrijven.

Aardmagnetisme

In mijn debuutroman *Boodschappenmeisje* vertelde ik over Charlotte, die aan de hand van de stand van de nachtelijke sterrenhemel (Orion) haar route bepaalt.

In een fictief toekomstverhaal is de aarde getroffen door vele grote aardbevingen; de magnetische aardas is verschoven. Charlotte reist van Nederland naar het zuiden van Frankrijk.

In plaats van zich te verlaten op zon, maan en sterren of een kompas, leert ze te vertrouwen op haar intuïtie en medereizigers.

Vorige levens

In een ver vorig leven was ik eens een hulpje op een groot houten schip. Vanaf het hoogste punt, de mars, hield ik overdag de zon en 's nachts maan en sterren in het oog om de uitgestippelde zeevaartroute en vaar-richting in de gaten te houden. Kompassen waren er toen nog niet.

Eind jaren negentig kocht ik een antiek uitzierend doosje met daarin een oud Chinees kompas. Het bijzondere instrument maakte me nieuwsgierig.

In 2001 kreeg ik een survivalkompas cadeau. Leek me handig voor 'je weet nooit', maar ik leerde niet hoe ik dat instrument moest hanteren.

En tijdens een vakantie in Japan kocht ik een schattig mini kompasje, gewoon voor de heb. De magnetische werking van kompassen intrigeerde me.

Bij het opschrijven van herinneringen aan een vorig leven in China, kwam ik haast per ongeluk een kompas tegen, destijds een bijzondere vinding.

Navigatie kwam ongemerkt vaker voor in verhalen die ik schreef, maar ik had niet door dat het ging om het thema vertrekken, op reis gaan, en een innerlijk of moreel kompas gebruiken.

We herhalen en herhalen. Ervaringen, situaties, relaties, het tegenkomen van objecten zoals een kompas. Net zolang totdat we begrijpen waarom.

Het *Boodschappenmeisje* snapte er weinig van, de hermafrodit in het oude China (zie verhaal 1) bevond zich nog letterlijk in het stadium van vallen en opstaan op zijn (vlucht)route.

Spirituele reis

Door te leven leggen we als sterveling ongemerkt een spirituele reis af. Soms wijken we af van bij onze geboorte uitgezette koersen, vergeten we wat we hier op aarde komen doen: ervaringen meemaken als ziel, in mensenlichamen. Zoveel mogelijk verschillende soorten

ervaringen. En wie zich met het kompas identificeert is 'op weg ergens naartoe', maar - zoals algemeen bekend - de reis op zich is vaak waardevoller dan daadwerkelijk de eindbestemming halen.

Waargebeurde verhalen

In dit e-book vind je praktijkverhalen van mensen die op pad gaan. In vorige levens, in hun huidige leven. Om te leren, te begrijpen, ervaringen op te doen, problemen op te lossen.

Cliënten uit mijn praktijk vertellen over vorige levens die zich afspeelden in Italië, Spanje, België, Engeland, Portugal, de tropen. Herinneringen aan voorbije levens, die nu inzicht geven en oplossingen bieden.

Hoe kunnen herinneringen aan vorige levens ons helpen? Hoe is het mogelijk dat een kattenallergie (verhaal 9) of voedselallergie (verhaal 7) verdwijnt na een inkijkje in het verleden? Dat relaties tussen mensen verbeteren wanneer ze weten wanneer en waar ze elkaar eerder ontmoetten (verhalen 2 en 3). Dat een insectenfobie (verhaal 11) of angst voor schrikdraad (verhaal 8) zomaar overgaat.

Lees, en verwonder je over de reïncarnatieverhalen in dit e-book.

Iedereen die met zijn of haar verhaal in dit e-book staat, dank ik hartelijk voor het willen delen van hun persoonlijke ervaringen.

We reizen allemaal, ieder op onze eigen manier. Met of zonder kompas, maar wel vaak met behulp van onze intuïtie. Een intuïtief kompas heb je altijd tot je beschikking!

Marianne Notschaele-den Boer
Reïncarnatietherapeut/schrijver
<http://www.vorigelevens.nl>

INHOUD

Inleiding

1. Half man, half vrouw
2. Trouwen
3. Florence
4. Zwarte huid
5. Lastige facturen
6. Tropische hitte
7. Voedselallergie
8. Dodendraad
9. Kattenallergie
10. Flirten, #MeToo
11. Insectenfobie

Wie maakte dit e-book?

Boeken van Marianne Notschaele



1. HALF MAN, HALF VROUW

Een antieke Chinese keukenkast. Soepkommen met blauwe draken erop. Visite van een vriendin, 'die van ver komt'. Een kompas als cadeau. Een rare misstap, die herinneringen aan een vorig leven naar boven brengt.

Een leven in het oude China, waar men verrassend modern dacht over tweeslachtigheid.

"Mooi, die antieke kast daar! Hoe oud is-t-ie?" Vriendin
An wijst naar de zwartbruine houten Chinese servieskast

die tegen een van de wanden van de open keuken staat. Ondertussen roer ik in een pan pruttelende groentensoup, een warm gerecht voor bij onze saladelunch.

An woont in het noorden van Frankrijk; we kennen elkaar ruim twintig jaar. Bijna altijd spreken we halverwege af in een eetcafé in België, maar nu is ze met de auto naar mij toe gereden en een hele dag te gast.

In antwoord op haar vraag gebaar ik naar de woonkamer waar een zwartbruin gelakte houten eettafel staat met vier bijpassende stoelen. “Dat hoort bij die kast. Chinees antiek. Meer dan tweehonderd jaar oud. Er zit geen spijkertje in, allemaal ouderwetse houten penverbindingen. Als je op die stoelen gaat zitten hoor je ze piepen en kraken.” Ik vind dat een grappig geluid. “Antieke stoelen moet je kunnen gebruiken, het is hier geen showroom.”

De eerste maanden dat de oude kast, tafel en stoelen bij mij in huis stonden, nam ik in de buurt van de stoelen regelmatig restenergie waar van de laatste eigenaars.

Ik zag beelden van een bejaard Chinees echtpaar, klein van stuk. Man en vrouw, voorovergebogen zittend in verwassen blauwe boerenkleding. Van die traditionele Mao-pakken.

Tegen An zeg ik: “Energie van dat echtpaar, dat vroeger iedere dag aan deze tafel zat, kon ik nog een tijdje voelen. Van de kast die hier in de keuken staat moeten ze echt gehouden hebben. Er hing een hele fijne energie omheen. Ik vermoed dat ze de meubels cadeau kregen ter gelegenheid van hun huwelijk.”

Na enkele maanden verdween de energie van het boerenechtpaar. Het gebeurt vaker dat aan oude of antieke gebruiksvoorwerpen energie kleeft van voorgaande gebruikers, zeker wanneer zij een speciale band met of tot het voorwerp hadden.

Vriendschap

Mijn man en ik kochten het meubilair in Antwerpen van een aardige restauranteigenaar. Hij importeert spullen uit Azië en zet dat in zijn restaurant te koop. Op het Chinese platteland koopt hij gebruikte meubels op. Door hem geïmporteerde goederen zijn door weinig andere handen gegaan voordat ze in zeecontainers richting Europa worden verscheept.

“Ik ben in zijn opslagplaats geweest waar hij die meubels sorteert en opknapt. Een heerlijke plek, het ademt daar een en al China uit.”

Ans hand glijdt haast liefkozend over de bovenkant van de keukenkast. “Weet je nog” zegt ze, “dat ik vijftien jaar geleden van jou een Chinees kompas kreeg voor mijn verjaardag? Zo’n antiek ding in een leren doosje.”

En of ik me dat herinner! “Ja, ik wist niet of het echt antiek was of namaak. Dat kompas bleef me zo intrigeren dat ik een tweede exemplaar op de kop tikte, voor mezelf.”



Het Chinese kompas – foto 2017

In plaats van wit porseleinen Ikea-soepborden die ik gewoonlijk gebruik, pak ik twee kommen uit de kast met Chinese afbeeldingen erop. “Om in Chinese sferen te blijven”, zeg ik lachend tegen An.

“Mooi, die blauwe draken” zegt ze bewonderend. “Wist je dat ik mijn beste vriend uit een Chinees vorig leven ken? Daar was hij mijn broer. Nu is hij nog steeds als een broer voor me.”

“Nee” zeg ik, “dat wist ik niet. Misschien heb ik wel een vorig leven in China gehad, maar in regressiesessies ben ik dat nog niet tegengekomen.”

Ik draai me om, wil de soep in de kommen gaan schenken. Een pijnscheut schiet door mijn enkel heen in de richting van mijn heup. “Au! Ik verstap me!” Vervolgens krijg ik een flinke hoestbui.

Ineens vraag ik me af of An, met wie ik al jaren bevriend ben, te vertrouwen is. Wat een belachelijke gedachte!

Het woord *verraad* komt in me op. Dit moet bij wat anders horen want An is een van de meest loyale vriendinnen die ik ken. Ik zeg niets over deze gekke gedachte tegen haar.

De verdere dag samen verloopt supergezellig. Mijn enkel en heup blijven pijn doen, ik loop net niet mank. Voorzichtig zet ik mijn voeten telkens neer op de grond.

Dromen

's Avonds laat als ik in bed lig, kan ik niet in slaap komen. De pijn in mijn enkel en heup houdt aan. Als ik me op de pijnscheuten concentreer zie ik in mijn hoofd beelden van een jong kind met Aziatische trekken. Ben ik dat? Of beter, was ik dat?

Ik zie houten kindersandalen. Japans? Prachtige rollen zijde, goudgele en oranje wijde gewaden. Chinees? Kommetjes met daarin rozerode make-uppoeder. Herinneringen aan een leven als Japans of Chinees meisje? *Verraad* galmt het weer door mijn hoofd.

Vlak voordat ik in slaap val weet ik zeker dat de pijn met een oude ervaring te maken heeft. Een vorig leven in China. In de ochtenduren neemt de pijn af.

Eén kant van mijn lichaam blijft beurs aanvoelen alsof ik daar hard op ben gevallen. De rest van de week doemen in verder betekenisloze dromen rode rijstpapieren lampionnen op, een houten huis met rode luiken en goudgele ruimvallende mantels van zijde met ceintuur. Overdag schuifel ik voorzichtig rond op schoenen met

platte zolen. Ik moet er niet aan denken 'op iets hoogs' te lopen.

Pas als na nóg een week de licht zeurende pijn niet weg is, onderneem ik actie. Lichaamssignalen zijn er niet voor niets. Ik wil weten wat ze te betekenen hebben.

Aziatisch uiterlijk

Met behulp van een meditatieve oefening op cd, een visualisatie terug in de tijd - gericht op het vinden van oorzaak en oplossing van mijn pijnklacht - zoek ik uit hoe een en ander in elkaar zit.

Het samenzijn met An stond in het teken van verschillende Chinese zaken. De antieke kast, tafel en stoelen, kommen met draken, het kompas, haar opmerking over een vriend die ze kent uit een Chinees vorig leven. Diende dit als trigger om herinneringen op te rakelen uit mijn onderbewustzijn?

Ik luister naar de stem op de cd. Voor mijn geestesoog verschijnt een antiek houten, roodgekleurd altaartje dat in mijn praktijk staat. Was ik me toch compleet vergeten dat dit van Chinees/Tibetaanse herkomst is! Het altaartje met drie laden staat al zo'n zeven jaar in mijn praktijkruimte en doet dienst als kastje.

Ik word altijd blij als ik daarnaar kijk, ondertussen gewoon vergetend dat bijzondere voorwerpen waar je je graag mee omringt meestal wat over jezelf vertellen.

De visualisatie gaat verder, de stem op de cd informeert naar een jeugdervaring.

Ik hoor mezelf als kind schaterlachend een versje opdreunen: “*Mijn vader is zó*”, mijn beide oogleden met mijn vingers omhoogtrekkend, “*mijn moeder is zó*”, mijn oogleden omlaag duwend “*en ik ben zó!*”, linker ooglid omhoog, rechterooglid omlaag.

Zo’n versje zouden we tegenwoordig racistisch noemen. Amandelvormige scheefstaande ogen, ik heb ze altijd mooi gevonden.

Een andere herinnering, carnaval op de basisschool. Door mijn moeder werd ik omgetoverd tot Chinese man. Ik kreeg een kanariegeel jasje met overdwarse voor-sluiting aan, typisch Oosters, een strohoed op het hoofd met daaraan een lange zwarte nepvlecht. De carnavals-outfit was compleet met een getekend zwart viltstift snorretje en sikje op mijn gezicht.

Bam, plotseling bevind ik me veel verder terug in de tijd, zo rond 1100, in het oude China.

Ik *weet* dat ik in een middelgrote welvarende stad woon en *voel* dat Mongoolse overheersers een grote dreiging vormen van buitenaf. Toch verloopt mijn leven rustig. Ik ben een jongeman van een jaar of twintig, een zachtaardig type. Wonderlijk, ik voel me óók een jonge vrouw! Wat zeg ik, ik ben allebei, ik ben tweeslachtig. Half man, half vrouw.

Hermafrodiët

Geboren als jongen (met een mannelijk geslachtsdeel) en opgegroeid als jongen, menstrueer ik vanaf mijn veertiende (als meisje). Nu, begin twintig, merk ik dat ik zowel over kleine piemel beschik, als vagina en borsten. Ik beweeg me niet zozeer mannelijk, eerder vrouwelijk, gracieus en sierlijk. Draag een goudgeel zijden lang en wijd gewaad.

Mijn forse, mannelijk ogende voeten zijn gestoken in hoge vrouwelijke sandalen van bamboe. Een hele toer om daarop te balanceren. Een jongedame hoort te schrijden, plechtig en langzaam te lopen.

Ik hou net wat meer van mijn vrouwelijke kant, maar verloochen mijn mannelijkheid niet. Man- en vrouwzijn gaan moeiteloos in elkaar over.

Zwart lang hoofdhaar hangt tot op mijn billen. Als ik met mijn hand mijn gezicht 'bevoel', merk ik beharing op mijn bovenlip, een iel snorretje! Onderaan mijn kin 'voel' ik een sikje dat is omwikkeld met in elkaar gevlochten gekleurde zijden draden om het langer te doen lijken. Chic.

Ik ben blij met dit hermafrodiëte lichaam waarin mijn ziel zich bevindt.

Hier in het oude China laat mijn familie me vrij in alle keuzes die ik maak. Niemand in mijn omgeving kijkt op van het tweeslachtige lichaam dat ik heb. Dat ik vrouwelijk gekleed ga én alle mannelijke beharing laat staan

wordt gewoon gevonden. Als man-vrouw voel ik me volledig geaccepteerd in wie ik kan en mag zijn.

Het gezin waar ik in opgroeï bestaat uit vooruitstrevende, welvarende kooplieden. Onze familie handelt 'met mensen die van ver komen'. Regelmatig overnachten handelaren uit alle windstreken in ons huis.

Mijn leven kabbelt voort. Ik ben gelukkig, het ontbreekt me aan niets.

Voor mijn familieleden vullen de dagen zich met handel in stoffen, kunstobjecten en nieuwe uitvindingen. Spelenderwijs leren ze me hoe de wereld van de handel in elkaar zit.

Vrije uren besteed ik aan me opmaken, me chic aankleden (prachtige rollen zijde in overvloed), zingen en het bespelen van een traditioneel instrument, een kleine eenvoudige harp.

Ik ben gastvrij, net als mijn ouders, en geniet van het verwelkomen van kooplui afkomstig uit onbekende delen van het keizerrijk, met wie we zakendoen en die ons telkens nieuwe objecten tonen.

Het houten huis waarin dit alles plaatsvindt heeft donkerrode luiken aan de buitenzijde. Bij de deuringang hangen twee lampionnen. Overdag doen ze dienst als versiering, 's nachts geven ze licht om kooplieden de weg naar ons huis te wijzen. Net zulke lampionnen als waar ik eerder over droomde.

Schildpadkompas

De handel stagneert. In de regio waar mijn familie en ik wonen, onderdeel van het grote keizerrijk, wordt het politiek gezien onrustig. Mongoolse strijdtroepen veroveren stad op stad en komen onze kant op.

Mijn ouders raden me aan, mijn mannelijk uiterlijk te verbergen om te voorkomen dat ik ingelijfd word bij het keizerlijk leger. Strijder worden trekt me niet, ik houd niet van vechten. Toch weiger ik snor en sikje af te scheren. Ik ben wie ik ben, man én vrouw!

Binnenshuis trippel ik voort in kleurige gewaden en op hoog bamboe schoeisel. Buitenshuis vertoon ik me minder vaak; of ik hul me in een onopvallende donkere mantel.

Op een dag brengt een koopman uit het noorden van het grote keizerrijk onze familie een bezoek. Hij laat naast de gebruikelijke handelswaar een vernieuwend bijna magisch instrument zien. Een 'zuidenaanwijzer', een magnetisch kompas in de vorm van een houten schildpadje dat drijft in een bokaal water. Iedere keer opnieuw wijst het schildpadkopje het zuiden aan.

De handelaar bericht over het laatste nieuws. Het Mongoolse leger rukt op en nadert onze stad. Hij wijst naar mij en vraagt 'waarom ik als man niet meevecht als onderdaan van de keizer'. Ik antwoord dat ik een 'man-vrouw' ben en dat ik gekozen heb voor de handel en muziekunst, niet voor krijgskunst.

Onbegrip en afkeuring straalt van hem af.

Diezelfde avond nog, nadat ik een kort harpoptreden voor hem heb verzorgd, vraag ik bescherming aan onze huisgod. Op het lage gezinsaltaar rangschik ik geplukte roze bloembladeren en rijp fruit.

De koopman keek naar me alsof ik een eng wezen ben. Voor de allereerste keer in mijn leven ben ik bang.

Opgelucht constateer ik de volgende ochtend dat hij al bij dageraad is vertrokken. Mijn ouders zijn opgetogen over het kompas dat ze van hem kochten, ze veronderstellen dit bijzondere instrument gemakkelijk te kunnen doorverkopen, zelfs in deze roerige tijden.

Verraad

Tot mijn ontzetting staan twee dagen later, tegen het middaguur, opeens vier krijgers te paard voor ons houten huis. In vol ornaat. Afgezanten van het keizerlijk leger.

De handelaar die ons bezocht heeft melding gemaakt van 'een man die thuis is en niet wil meevechten'. Iedere gezonde jongeman hoort ingezet te worden als strijder om de aanstormende Mongoolse troepen te bevechten. Ik voel me verraden! De koopman was bij ons te gast, in ons huis. Hij at mee van de heerlijkste gerechten die we voor hem bereidden; na het eten speelde ik harp voor hem!

Van de keizerlijke afgezanten krijg ik drie uren de tijd om me 'vrijwillig' te melden bij het stadsbestuur. Zover laat ik het niet komen. Ik wil niet vechten voor de keizer.

Als de mannen vertrekken vraag ik paniekerig aan mijn ouders om een kruik water en rijstkoeken in te pakken. Ik wikkel de twee fraaiste gewaden die ik bezit in een grote doek. Met pijn in mijn hart scheer ik mijn snor, wangbehairing en sikje af. Ik besluit te vluchten, als vrouw, nu het nog kan. Naar familie, oostwaarts in het keizerrijk waar minder gevochten wordt.

De haren van mijn knotvlecht op het hoofd doe ik los. Ik hul me in een ruime dikke mantel van zware stof en doe minder opvallend schoeisel aan. Ik vertrek, lopend.

De lucht is grijs, geen zon te bekennen. Ik ben niet gewend aan lange wandeltochten, al helemaal niet op houten platte sandalen. Toch stap ik door, mijd de gangbare route naar de stad, wil via dorpen die ik ken naar het oosten lopen. Zonder richtinggevoel of kompas is het deels gokken waarheen ik ga.

Ik mag veel weten over handel, muziek en kunstvoorwerpen, bitter weinig weet ik van de natuur of de juiste richting bepalen.

Tijdens het lopen verzwik ik mijn enkel, ik verstep me geregeld. Na uren lopen over rotsige bodem in glooiende heuvels doen mijn voeten zeer, net zoals mijn enkel en heup. Ik huil. Ben zó moe van het lopen. Voel me meer vrouw dan ooit.

In de avondschemering halen twee mannen te paard me in.

Het zijn twee van de vier strijders die eerder aan de deur stonden. Eén keizerlijke afgezant galoppeert op zijn

paard naar me toe. Plots trekt hij een lang dun zwaard tevoorschijn en haalt naar me uit. Steekt me in de borst. Bloed vloeit, ik haal rochelend adem en wankel.

De andere strijder te paard nadert van achteren. Ik hoor geluid van metaal op metaal. Voel hoe mijn hoofd bij mijn lange haren hard vastgepakt wordt en naar achteren getrokken. Venijnig sist hij me toe: "Je bent het niet waard te leven. Het keizerrijk kan zonder jou!"

Met één haal snijdt hij mijn keel door en val ik neer op de grond.

Als mijn ziel het dode lichaam verlaat, vraag ik me af of ik niet naar het zuiden had moeten vluchten. En had ik niet beter een kompas meegenomen?

Song Dynastie

Die middag dat vriendin An mij bezocht, bracht me uit balans. Net zoals de koopman in het oude China te gast was, van ver kwam en meeat, kwam An die dag uit het noorden van Frankrijk. Ze was mijn gast.

We lunchten samen, omringd door Chinees antiek meubilair, aten soep uit kommen met blauwe draken erop, spraken over een antiek kompas uit China dat we beiden mooi vonden.

Ongemerkt borrelden door deze Chinese sferen herinneringen omhoog aan een lang vergeten vorig leven. Zonder aanwijsbare reden verstapte ik me en begon ik te twijfelen of An te vertrouwen was.

De pijn in mijn enkel en heup hield aan, net zolang tot ik heden en verleden weer in het juiste perspectief kon

zien en ik haar niet langer vergeleek met de koopman uit het noordelijke deel van het keizerrijk.

Na de visualisatie checkte ik op internet of 'wat ik zag' historisch kon kloppen. Ik stuitte op informatie uit de Song Dynastie, een periode van grote welvaart in Noord-China (960-1127), toen het machtige keizerrijk werd aangevallen en overgenomen door de Mongolen. Precies uit die tijd komen de eerste beschrijvingen van een magnetisch kompas, een van oorsprong Chinese vinding, de *Si-Nan*, zuidenaanwijzer. In een kom water gaf een drijvend houten visje (of schildpadje!) met een magnetisch gedeelte het zuiden aan.

Het donkerrode Chinees/Tibetaanse altaartje dat in mijn praktijkruimte staat, bekijk ik inmiddels met andere ogen: het is een schitterend antiek object dat een lijntje heeft met 'bescherming', al hecht ik geen geloof meer aan huisgoden die ik offers zou moeten brengen.



Hermafrodieten, mensen met zowel mannelijke als vrouwelijke geslachtskenmerken, zijn van alle tijden. Ook tegenwoordig is er bij één op de tweehonderd borelingen sprake van intersekse condities (mensen die geboren zijn met een lichaam dat niet voldoet aan de normatieve definitie van man of vrouw; ze identificeren zich in de loop van hun leven meestal als man óf vrouw, niet zelden onder druk van heersende normen en waarden).

In het oude China werd tweeslachtigheid, zoals ik zelf mocht ervaren, getolereerd, net zoals nu nog steeds in India, Indonesië en Thailand. In sommige culturen werden hermafrodieten beschouwd als 'derde sekse' en gezien als belangrijke raadgevers in problemen tussen man en vrouw.



2. TROUWEN

Bang voor een te blote trouwjurk. Het jawoord niet durven uitspreken. Ruzies over het wel of niet dragen van trouwhandschoenen. Last van plotselinge niesbuien na het uitmaken van een relatie...

Soms kunnen zulke problemen met behulp van reïncarnatietherapie of inzichten uit vorige levens worden opgelost.

Datingshows - First Dates, Say Yes To The Dress, Married At First Sight - doen het goed op tv. Je kent vast wel een

programma dat stelletjes volgt die de stadia doorlopen van schuchtere kennismaking, verliefd raken en willen samen zijn, tot de voorbereidingswerkzaamheden van de bruiloft. In *Married At First Sight* gaat het een stapje verder. Mensen trouwen met een totaal onbekende, door wetenschappers geselecteerde partner, en gaan na hun voltrokken huwelijk op vakantie. De grote vraag: springt de liefdesvonk over en houdt hun huwelijk stand?

Laat liefde bij programmadeelnemers zich registreren door wetenschappers, ingevulde vragenlijsten of uitgesproken persoonlijke voorkeuren? Is het wachten op een *match made in heaven* of zijn relatiebreuken en scheidingen nuttige leermomenten in ieders leven?

Ik vind deze tv-programma's leuk om naar te kijken. Van het zien van mensen die goed bij elkaar passen en verliefd op elkaar worden, word ik blij en vrolijk. Hersenen maken nu eenmaal geluk stofjes aan bij het zien van anderen *in love*; datingshows zijn niet voor niets kijkcijfer hits.

Als cliënten in mijn [praktijk](#) komen met relatievragen of relatieproblemen, willen ze vaak antwoord op vragen of iemand de juiste partner is, waarom zaken spaak lopen in de relatie en of 'ze elkaar al uit een vorig leven kennen'. Met stip op 1: Waar ken ik hem of haar van. Uit een vorig leven? Op 2: Wel of niet scheiden? Op 3: Bruidskleding.

Jurk met blote hals

Machteld (44) zocht uit waarom ze geen trouwjurk durfde aanschaffen 'met open hals'.

Ze droeg altijd een fleurig zijden sjaaltje om haar nek. Ze wilde hertrouwen met een nieuwe partner in de kerk, en naar het altaar lopen in een prachtige jurk met diep décolleté. Zonder sjaaltje.

Hoe kwam ze vóór de rap naderende huwelijksdag van dat sjaaltje af?

Samen werkten we in therapie sessies aan onder andere een traumatische doodservaring in een vorig leven: een vrouw die door verwurging aan haar einde kwam. Machteld was zichtbaar opgelucht toen ze zich realiseerde dat haar nek geen bescherming meer nodig had in de vorm van halsbedekking.

Ze inviteerde me voor de trouwplechtigheid, zodat ze echt kon laten zien dat ze zonder sjaaltje durfde trouwen, en ook een beetje als stok achter de deur.

En ik, die zelden naar huwelijksfeesten toe ga, zag haar die dag stralen in de kerk bij het geven van haar ja-woord. Het moet gezegd, Machtelds 'blote halsjurk' was prachtig.

Fluwelen japon

Amy, een vriendin van me, liet speciaal voor haar bruiloft een donkergroene trouwjurk maken door een kundige naaister. Ze had het liefst willen trouwen in een

pompeuze groene japon van fluweel, maar dat vond haar toekomstige partner niks.

Amy's bruidsjurk had veel weg van een klassiek 16^e eeuws gewaad. Haar lange jurk paste exact bij de locatie waar het huwelijksfeest plaatsvond, een oud kasteel. Dat zij goede herinneringen moet hebben gehad aan een vorig leven als hoveling in een middeleeuws slot, zat er dik in. Haar jurken waren in dat voorbije leven zeker van fluweel geweest.

Voor Amy was een op maat gemaakte japon onbewust verbonden met statig en voornaam zijn, en met fijne gevoelens uit een ver verleden. Gevoelens die er op haar huwelijksdag zeker bij hoorden.

Trouwen met de handschoen

Sasja (30) had een relatie met een lieve vriendin, Mara. Mara wilde met Sasja trouwen, maar Sasja had haar bedenkingen. Ze hielden van elkaar, maar, zei ze "Ik kan er niet tegen dat zij trouwhandschoenen wil dragen op onze bruiloft".

Mara wenste haar kledingkeuze op dat vlak niet aan te passen, ze vond het haar goed recht om mooie witte leren handschoenen te dragen die pasten bij haar trouwjapon.

De vele ruzies hierover maakten dat Sasja twijfelde aan haar relatie met Mara. Wel of niet trouwen?

Een herinnering aan een vorig leven in de 17^e eeuw bleek voor hedendaagse verwarring te zorgen. In dat vorige leven was Sasja een dame van stand die uitgetrouwde werd aan een onbekende man.

Omdat hij een paar honderd kilometer verderop woonde, regelde de beste vriend van die man het huwelijk. Ze trouwden 'met de handschoen', zoals dat toen wel eens gebruikelijk was. Als een van de partners niet aanwezig kon zijn bij het huwelijk, werd getrouwd bij volmacht. Men stuurde een boodschapper naar de toekomstige bruid en deze persoon vertegenwoordigde via de handschoen de aanstaande bruidegom.

Het huwelijk in dat allang voorbijgeleven leven was niet wat de dame ervan verwachtte. Ze raakte verliefd op de beste vriend van haar man. Een affaire durfde ze niet aan, ze bleef gevangen in een liefdeloos verstandshuwelijk.

De zielsenergie die toen in het lichaam van de vriend van haar echtgenoot huisde, verbleef nu in het lichaam van Mara, de vrouw van Sasja's dromen.

Handschoenen herinnerden Sasja gevoelsmatig aan een liefdeloos huwelijk van lang geleden. Ze voelde dat er wat wrikte bij het zien van trouwhandschoenen, maar kon niet benoemen hoe het zat. Nadat ze dat vorige leven begreep, verdwenen de ruzies.

Sasja en Mara zijn getrouwd en blij dat ze opnieuw in elkaars leven zijn, en als vrouw & vrouw nu wel gelukkig bij elkaar mogen horen.

Vintage trouwjurk

Roosmarijns therapieproces beschreef ik uitgebreid in mijn boek *Waarom Esther geen Robinson werd*.

Roosmarijn stond op het punt van trouwen. Ze had haar baan opgezegd, wilde alle vrije tijd die ze had benutten voor haar trouwerijvoorbereidingen én 'om aan zichzelf te werken'. Ze had last van verdriet dat zwaar op haar drukte. Ze wist niet waar dat immense verdriet vandaan kwam, maar was bang dat ze bij het geven van haar jawoord in huilen zou uitbarsten, om niet meer te kunnen stoppen.

Er stond haar een pittig therapietraject te wachten, emotionele verwerking van een vorig leven als vrouw in de Tweede Wereldoorlog. Een verdrietig leven, omdat ze vele familieleden verloor en zichzelf stierf in een concentratiekamp.

Na therapie gaf Roosmarijn uiteindelijk haar jawoord aan haar toekomstige man zonder te huilen. Gekleed in een prachtige ivoorwitte jurk, gemaakt van stof afkomstig van een vintage trouwjurk uit de jaren twintig van de vorige eeuw. Ze liet me de stof met bloemmotief zien voordat ze ging trouwen. Tere stof die 'op scheuren stond', maar toch glansrijk de trouwdag doorstond.

Niesbuien

Lieke (24) had last van korte hevige niesbuien, die ze te lijf ging met anti-hooikoortspillen.

Op haar 21^e had ze haar jeugdvriend aan de kant gezet omdat die relatie haar benauwde. Hij drong aan op trouwen, zij wilde een huwelijk uitstellen. Als goede vrienden gingen ze uit elkaar.

Maar vanaf dat moment nieste Lieke. Het kriebelde in haar neus 'alsof er luchtbelletjes in zaten'. Na zo'n niesbui voelde ze zich misselijk, haar hoofd voelde zwaar aan en haar benen slap. Alsof ze ging flauwvallen. Lieke was angstig om de controle over haar lichaam te verliezen, 'bang dat ze er ineens niet meer zou zijn'.

Tijdens een therapeutische visualisatie dook ze direct in beelden en gevoelens die hoorden bij het leven van een jonge vrouw die ze eens was geweest.

Eerst zag ze zichzelf rennen. Ze holde uit een groot stenen gebouw, een middeleeuwse burcht. Daarna rende ze zo hard ze kon onder een boogpoort door, de slotgrachtbrug over. Ze rende en rende, tot ze zich in een droge greppel onder overhangende takken van struiken kon verstoppen.

Uitgeput, haar hart klopte als een razende, haar benen tintelden van moeheid. 'Achtervolgers', drie personen van de burchthuishouding, vonden haar daar en brachten haar terug naar waar ze vandaan kwam.

In een kale stenen ontvangsthall wachtte een forse man haar op, bulderend van het lachen. Haar toekomstige

echtgenoot. Hun huwelijk was door anderen overeengekomen, maar ze mocht hem niet. Verdrietig en moe van het rennen liep ze terug naar haar kamer die zich in een van de torens bevond. De jonge vrouw, meer een meisje nog, wilde geen huwelijk; ze vond haar aanstaande man te oud, te lelijk en te onbehouden. Toch kon ze niet onder de gemaakte overeenkomst uit, ze had geen inspraak in dit gearrangeerde huwelijk.

In de torenkamer hing haar trouwjapon klaar, om te passen. Ze kreeg het nog benauwder en raakte in paniek. Zag slechts één uitweg: ze wurmde zich door het kleine torenkamerraam heen naar buiten, weg van alles. Gillend stortte ze naar beneden, richting slotgracht. Haar benen raakten het vieze troebele water, daarna ging ze kopje onder. Maar ze kon niet zwemmen! In een overlevingsreflex probeerde ze haar hoofd boven het groene kroos uit te houden. Neus en mond prikten, 'met van die gekke luchtbelletjes'. Proestend en naar lucht happend, sloeg ze wild met haar armen om zich heen. Het slotgrachtwater deed haar proesten, niesen, totdat haar hoofd zwaar werd. Ze verdronk.

Na deze sessie begreep Lieke dat de maand waarin ze het meest last had van haar niesbuien, precies dezelfde maand was als waarin ze moest trouwen in dat vorige leven. De niesbuien waren begonnen nadat ze haar jeugdviend aan de kant had gezet. Hij probeerde steeds fanatieker Lieke over te halen met hem te trouwen. Zij was daar niet aan toe, net zoals ze in dat voorbije leven niet toe was aan een gearrangeerd huwelijk.

Behalve overeenkomsten waren er verschillen. Lieke vertelde dat er in het leven in de Middeleeuwen geen fatsoenlijk gesprek mogelijk was geweest met haar toenmalige familie noch met haar aanstaande echtgenoot. Met haar ex-vriend lukte dat wel. Lang spraken ze over waarom zij niet wilde trouwen en er nog niet aan toe was. Dit keer was communicatie wél mogelijk. Bovendien had Lieke als kind alle zwemdiploma's gehaald die er maar mogelijk waren.

Dankzij 'niet willen trouwen' had ze een levenslesje communicatie gekregen: ze leerde praten in plaats van weglopen. De boodschap was duidelijk, de niesbuien verdwenen.

Joods Antwerpen

Mijn man en ik werden op jonge leeftijd gekoppeld door een wederzijdse vriendin. We leerden elkaar kennen tijdens een *blind date*. Dat blijf ik grappig vinden, want helderzien loopt als rode draad door mijn leven heen en voordat ik hem ontmoette zagen jongens mij niet staan, ik zag hen niet. Iemand *blind vertrouwen*, vond ik de belangrijkste voorwaarde voor een stabiele liefdesrelatie. Jongens die daarbij pasten, kwam ik niet tegen. Ik begon overtuigd te raken van een bestaan als oude vrijster die nooit meer aan de man zou komen.

Tot die ene *blind date*. Liefde op het eerste gezicht! Alles voelde vertrouwd aan tussen ons, we moesten elkaar vast ergens van kennen. Geen idee waarvan.

Voor ons naderende huwelijk lieten we bij een *Joodse* diamantair in Antwerpen speciaal onze gouden ringen maken. De trouwjurk kochten we met zijn tweeën in het *Franstalige* deel van Brussel, in een bijna failliete winkel waar *grote opruiming* werd gehouden en *alle jurken weg moesten*. Ongebruikelijk, om samen met je aanstaande een afgeprijsde trouwjurk van een erg afwijkend model te kopen. Toch wisten we heel zeker dat dit dé jurk was. Charlestonstijl (jaren 1925), wit met blauwe verticale streepjes, een wit kraagje en een blauw satijnen strik.

Op mijn trouwdag voelde ik me prachtig in die jurk. Ik droeg mijn lange haren los, mijn voeten staken in donkerblauwe platte ballerina's. Tot afgrijzen van familieleden droeg ik daarin - veel te *kinderlijk* vonden zij - witte sokjes. We trokken ons er niets van aan.

Een jaar of wat ná onze huwelijksdag ontdekte ik dankzij een reïncarnatietherapiesessie waar ik mijn levenspartner van kende. Niet uit voorgaande levens als tweelingziel, maar uit mijn meest recente vorige leven, ten tijde van de Tweede Wereldoorlog.

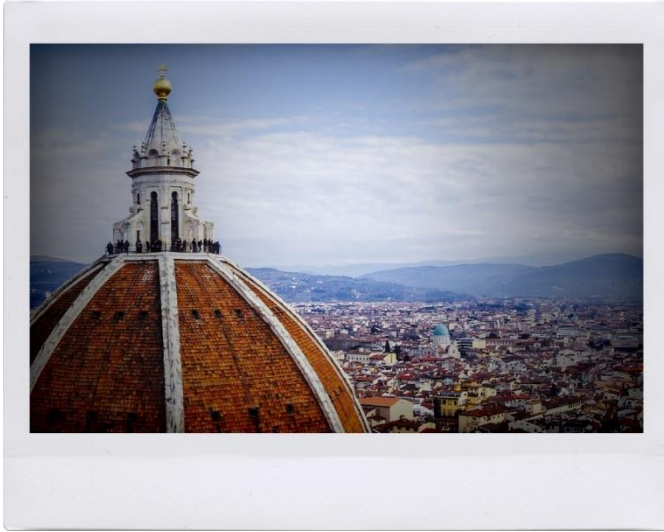
Als *Joods, Frans* meisje in concentratiekamp Auschwitz, overgeleverd aan medische experimenten die me bijna *blind* maakten, was daar op een dag die lieve man, een kampgevangene, die me in het Frans toesprak. Ik kon hem niet zien, maar hij fluisterde: "Je kunt me *vertrouwen*, ik ga je helpen".

Zijn goede bedoelingen ten spijt, kwam hulp te laat en werden we beiden *opgeruimd*.

Een leven daaropvolgend was hij de ideale huwelijks-partner, die optimaal te *vertrouwen* was.

Pas na ruim dertig jaar getrouwd zijn drong tot me door dat de kleur van mijn *onorthodoxe* bruidsjurk overeen kwam met de kleuren van het concentratiekamp pak dat zowel het meisje als de man droegen op het moment van ontmoeting: grijswit met verticale lichtblauwe strepen.

We herhalen onbewust, net zolang tot we begrijpen!
Iedere ziel krijgt nieuwe (relatie)kansen.



3.

FLORENCE

Kirsten gaat met haar vriend Björn op vakantie naar Florence in Italië. *La vita e bella!*

De eerste nacht in het hotel heeft ze een akelige nachtmerrie. Waarom werkt deze Italiaanse stad zo op haar zenuwen?

Blondgelokte horecamedewerkster Kirsten (36) reist voor een vakantie week naar Florence in Italië. Zon, pizza, pasta.

Met haar vriend Björn slentert ze langs historische bezienswaardigheden, samen zitten ze op gezellige terrasjes. “Florence is prachtig, ik kan niet anders zeggen”, vertelt ze. “Maar de eerste nacht in het hotel daar kreeg ik me toch een nachtmerrie! Ik werd gillend wakker en was doodsbang. De andere nachten kwam ik nauwelijks in slaap.”

Kirsten besluit uit te zoeken hoe dat komt; maar eenmaal thuis, in Nederland, verdwijnt die behoefte weer. Ze zegt: “Ik was die nachtmerrie bijna vergeten, totdat ik Roberto ontmoette. Een nieuwe medewerker in het restaurant waar ik in de bediening werk. Zo’n typisch Italiaanse charmeur, op het randje van klef. De hele dag door hoor ik hem *cara mia* en *bella* zeggen tegen mij. Daar krijg ik het benauwd van.

Nu lig ik ’s nachts weer in bed met hartkloppingen. Bang dat ik doodga, in plaats van dat ik in slaap val.”

Ik kan er niet uit!

“Ben je eerder in Italië op vakantie geweest?” vraag ik.

“Nee, dit was de eerste, en meteen de laatste keer.”

“Vertel eens, waar ging die enge droom over?”

Kirsten zucht. “Ik krijg koude rillingen als ik daaraan denk. Ik droomde dat ik in een doodskist lag. Niet in een gewone houten kist, maar in een uitgeholde boomstam, beschilderd met gekleurde bloemen. Met een dikke plank als deksel. Ik lag op mijn rug in die kist, in het donker. Aan de buitenkant ervan hoorde ik geklop en getik. Het deksel werd vastgetimmerd! Ik raakte in

paniek, kon me niet bewegen! Mijn mond voelde kurkdroog aan, er kwam geen enkel geluid uit. Ik wilde roepen, maar dat ging niet. Naast dat ding waar ik in lag, hoorde ik een man huilen, met gierende uithalen. Hij snikte luid en herhaalde '*Ti amo*, ik hou van je, blijf bij me!' Naar adem happend werd ik wakker!"

De droom was zo echt, dat Kirsten Björn hardhandig wakker schudde, die naast haar in het hotelbed sliep. Hij moest haar geruststellen.

Slaperig had hij gemompeld 'dat ze weer moest gaan slapen'. "Ja, maar", had Kirsten huilend geroepen: "Ik lag in een doods-kist en kon er niet uit! Een uitgeholde boomstam met beschilderde rozen".

Björn had gemurmeld: "Joh, dat was in een vorig leven. Ik hield toen zo veel van je. Vond je die bloemen niet mooi? Ik had daar zo mijn best op gedaan."

Totaal verbouwereerd zag Kirsten hoe haar vriend zich omdraaide en prompt in slaap viel. Een vorig leven?

De volgende ochtend herinnerde Björn zich niets meer van wat hij 's nachts tegen Kirsten had gezegd. "Hij zei, dat ik dat allemaal gedroomd had. Ik wil weten hoe dit zit! Het leek op een oude ervaring, iets van lang geleden. Kan dit een vorig leven zijn geweest?"

Kunstenaarsgilde in Firenze

Hoe verhoudt Kirstens nachtmerrie zich tot gebeurtenissen uit een voorbij bestaan? Na enig puzzelwerk ontrafelen we hoe de vork in de steel zit.

In Firenze/Florence - in de 14^e eeuw, de Italiaanse renaissance - leefden Kirsten (toen vrouw) en Björn (toen man) samen in een gezamenlijk vorig bestaan. In een voor die tijd bijzonder luxe onderkomen voor kunstenaars, gelegen aan de rivier de Arno, die door de stad stroomde.

De man was kunstschilder, een zestiger. De vrouw, eerst zijn huishoudelijke hulp en later zijn geliefde, was een jaar of twintig. Samen hadden ze het goed. In de liefde, in het werk.

Als lid van een gerespecteerd kunstenaarsgilde, onder auspiciën van de rijke familie De Médici, kreeg de getalenteerde kunstschilder de ene goed betaalde opdracht na de andere.

De Toscaanse stad Firenze floreerde. Het betrof een welvarende periode in de Italiaanse geschiedenis. Maar de stad kende ook epidemieën, die vele slachtoffers maakten. Te veel mensen woonden, werkten en leefden boven op elkaar in de binnenstad en met hygiëne nam het men in die tijd niet zo nauw.

Op een dag werd de jonge vrouw van de kunstenaar ziek. Binnen een week werd ze zieker en zieker, ze verzwakte en vermagerde. Kreeg koortsdromen en meerdere momenten waarop ze flauwviel.

De keren dat ze haar bewustzijn verloor, volgden elkaar in hoog tempo op, totdat ze wegzakte in comateuze toestand. Roerloos, bleek en amper ademend lag ze op bed.

De kunstschilder zag hoe het leven uit haar wegtrok. Inmiddels was ook hij ziek geworden.

Zijn eigen koortsaanvallen negerend, probeerde hij zijn ernstig zieke geliefde te verzorgen. Toen hij begreep dat ze stervende was, wilde hij haar de laatste eer bewijzen. Op zijn manier. Een passende laatste rustplaats creëren, speciaal voor haar.

Grafkist

Van een bevriende beeldhouwer uit hetzelfde gilde, kreeg hij gereedschap en een manshoge, dikke boomstam, die oorspronkelijk bedoeld was voor het maken van een groot houten beeld. In vier werkdagen en -nachten holde hij de boomstam uit. Beschilderde binnen- en buitenkant met afbeeldingen van lievelingsbloemen van zijn geliefde. Veldbloemen en rozen. Echter, hij werd steeds zieker.

Bezweet van de koorts werkte hij hard door. Nadat de grafkist' gereed was, sjouwde en sjarde hij het levenloze vermagerde lichaam van zijn geliefde erin. Dat paste net. Helemaal helder was hij niet meer. Hij had net voldoende kracht om de boomstam af te sluiten met drie grote planken. Bij iedere houten nagel die hij in de planken sloeg, jammerde hij '*Ti amo!* Ik hou van je! Blijf bij mij!' Een hartverscheurend afscheid.

Treuriger was, dat hij niet wist dat zijn jongere vrouw schijndood was. En zij, in haar met bloemen beschilderde boomstamgraf, wist niet dat hij bevangen was door hevig koortsaanvallen, veroorzaakt door

dezelfde besmettelijke ziekte als waaraan zijn dreigde te gaan sterven. Zij stikte toen de zuurstof op was, in de donkere benauwde ruimte. Hij stierf, zijn lichaam verzwakt door koorts, niet meer kunnen eten en het zwoegen om haar graf op tijd af te krijgen. Zijn hart begaf het.

De beeldhouwer die het hout ter beschikking had gesteld, vond zijn gestorven vriend een week later. Het lichaam van de dode schilder lag midden in het atelier, naast de boomstamkist.

Ontroerd veegt Kirsten tranen van haar wangen. Zegt: “Wat Björn die nacht in onze hotelkamer in Florence zei, klopte dus echt. Hij heeft in dat vorige leven zijn best gedaan om mij een prachtige laatste rustplaats te geven. Hij schilderde mijn lievelingsbloemen van toen op en in die kist. Wat erg, dat hij niet wist dat ik nog niet helemaal dood was. Ik kon hem in het donker horen huilen en praten tegen me, want ik leefde nog!”

Ti amo

Ter afronding doe ik een visualisatie met Kirsten. Ik vraag haar of ze zich een prettige plek in de natuur kan voorstellen. Wat hebben de twee Italiaanse geliefden van toen nog nodig? Wat willen ze elkaar vertellen of uitleggen om te begrijpen dat die gebeurtenis lang geleden eindigde in Florence?

Dankzij Kirstens voorstellingsvermogen volgt een gesprek tussen beide geliefden uit het verleden. Helderheid geeft rust.

Kirsten: “Heftig hoor! Volgens mij was Roberto, die nieuwe Italiaanse collega van mijn werk, lid van datzelfde kunstenaarsgilde. Hij was in die tijd een dichter. Best mooi, dat ik in Florence die nachtmerrie kreeg, anders had ik dit allemaal niet geweten.”

Ja, knik ik. “En als Italiaanse mannen je complimenteren met *bella* of je naroeppen met *ti amo*, besef dan alsjeblieft dat dit niets meer van doen heeft met doodgaan.”

Soms krijgen vrienden en geliefden uit voorbije levens nieuwe kansen, levens later, om elkaar in andere relaties en leeftijdssamenstellingen opnieuw tegen te komen, en deze keer langer bij elkaar te blijven.

Een jaar na dit consult zat er op een herfstdag een postkaart in mijn brievenbus. Van Kirsten en Björn.

Op de voorkant een kleurrijke afbeelding van een bloemenschilderij uit de renaissance, te bewonderen in een Italiaans museum voor schone kunsten. Op de achterkant de tekst: “Kus uit Florence. Nergens meer last van!”

Om blij van te worden.



4. ZWARTE HUID

Mensen zijn 'zielsenergieën in lichaamsverpakking' en al dan niet interessant, aardig of onaardig om wie ze 'van binnen' zijn, niet vanwege hun buitenkant, uiterlijke kenmerken of huidskleur.

Een vriend van me, Tim (43), werkzaam in de ICT-sector, met wie ik vaak nieuwe films ga bekijken in de bioscoop, zei bij het zien van de filmtrailer *12 Years a Slave*: "Daar ga ik mooi niet naar toe. Ik krijg al buikpijn als ik dit zie."

Dit doet me te veel denken aan mijn eigen vorige leven als slaaf.”

Tim is een nuchter type. Hij houdt zich doorgaans verre van spirituele onderwerpen, maar dat hij in een vorig leven slaaf is geweest dat gelooft hij niet, dat weet hij zeker.

”Ik was een slaaf. Een neger. Hoe noem je dat tegenwoordig politiek correct? Donkergetinte Afrikaan? Ik had een prachtige zwarte, glimmende huid. Was gespierd. Groot. Krachtig. Een boom van een vent. En toch was ik ongelukkig, het was geen fijn leven.”

Voor het contrast voeg ik toe dat Tim nu een man is met een lichtgekleurde huid, klein en iel van gestalte, blond haar heeft en grijze ogen.

Op mijn vraag wat hij zich herinnerde van dat voorbije leven, antwoordde hij: “Als zwarte man had ik weinig te vertellen. Ik werkte alleen maar, ergens in het zuiden van Amerika. In dezelfde tijd als waarin die film zich afspeelt.

Het was vochtig en warm. Ieder jaar trad de grote rivier een paar keer buiten zijn oevers. En ik maar zandzakken vullen, sjuuwen en stapelen zodat de akkers van mijn baas droog bleven. Van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat. Dat was notabene het lichtste werk dat ik me herinner.

Ik weet ook dat ik een vrouw had en kinderen. Had! Blanken staken ons houten huis, nu zouden we dat krot noemen, in brand. Mijn hele gezin kwam om in het vuur.

Nog meer ellende uit dat leven wil ik niet bovenhalen. Wat ik me zo herinner is al erg genoeg. Ik heb me toen doodgewerkt op die akkers.”

Zó zag ik eruit

Ik mag Tim graag. Ik begrijp wat hij bedoelt, herinneringen kunnen pijnlijk zijn. Voor hem zou ik wensen dat hij het slavenleven, waarin hij veel te hard moest werken en zoveel verdriet kende, nu alsnog emotioneel kan afronden. Maar het is goed zo. Een vriend is een vriend, geen cliënt. Ik hoef hem geen reïncarnatietherapie op te dringen. Tim verwerkt zaken vanzelf, op zijn eigen manier.

Ons dagelijks leven is soms een betere heelmeester dan menig therapeut. Zo luistert Tim veel naar ‘zwarte’ blues- en soulmuziek, daar wordt hij blij en vrolijk van. Hij voelt zich ogenblikkelijk thuis bij wildvreemde mannen met een donkerbruine of pikzwarte huid, heeft een voorliefde voor Zuid-Afrikaanse vrouwen van kleur. Een keer hoorde ik hem zeggen, toen we samen aanwezig waren op een Antilliaans dansfeest, terwijl hij een grote Surinaamse man aanwees: “Kijk, zó zag ik er in dat vorige leven uit. Groot en gespierd, met net zo'n mooie zwarte huid als hij.”

Tim heeft een ICT-functie met voor hem fijne ‘glijdende’ werktijden, veel zelfstandigheid en de nodige vrije en vakantiedagen. Hij werkt hij zich niet langer kapot voor een baas, want de oude geloofsovertuiging die hij had

als slaaf, ik moet doorwerken voor mijn baas tot ik erbij neerval, behoort gelukkig tot het verleden.

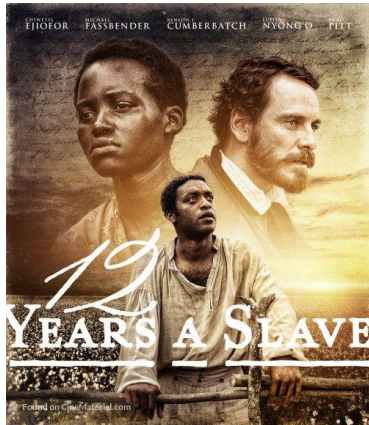
Tim liet de film liever voor wat het was. Hij zei: “Ik vind het fijn als meer mensen weten dat huidskleur er niet toe doet. Nu ben ik wit, maar ik ben ook in een leven zwart geweest. Dat vond ik eigenlijk mooier, hoewel ik dat leven als slaaf niet graag over zou willen doen.”

Andere kleur

Elvira heeft een prachtige donkerbruine huid, Chelsey een mooie geelgoudkleurige, Karin een spierwitte. Vriendinnen van me, die er dankzij sessies regressie- en reïncarnatietherapie achter kwamen dat ze meerdere levens hadden gehad, levens waarin ze een andere huidskleur hadden dan nu.

Van mezelf ken ik ook levens in andere tijden, toen mijn huid een ander kleurtje had dan het vaal roze beige van nu. Tempeldanseress in een Aziatisch land, bediende met bruine huid tijdens de Burgeroorlog in Amerika.

In levens nemen we andere gedaantes aan en zit onze ziel ‘gevangen’ in telkens verschillende, tijdelijk houdbare lichaamsverpakkingen. Op die manier leren we (hopelijk) dat er tussen mensen onderling meer overeenkomsten zijn dan verschillen.



De film '12 Years a Slave' uit 2013 gaat over een ontwikkelde zwarte man in het Noord-Amerika van de 19e eeuw. Op een dag wordt hij ontvoerd en verkocht als slaaf. Niemand luistert naar hem wanneer hij beweert een vrij man te zijn. Twaalf jaar lang ondergaat hij de verschrikkingen van het slavenleven, terwijl hij droomt van een terugkeer naar huis.



5. LASTIGE FACTUREN

Coach Maaïke vindt het lastig om aan cliënten na afloop van een consult een factuur mee te geven. Ze is bang dat ze niet aardig gevonden wordt op het moment dat ze de rekening presenteert. Liefst schrijft ze iedere rekening ook nog eens met de hand. Een tijdrovende klus.

Wat zit hierachter en kan ze haar gedrag veranderen?

Maaïke (34) heeft een praktijk als coach en therapeut. Als kleine zelfstandige vindt ze haar zzp-bestaan soms

eenzaam en lastig. Ze is niet goed in cijfers en iedere maand kost het haar moeite de boekhouding te doen.

“Wat ik echt vervelend vind”, zegt ze, “is cliënten na afloop van een behandeling de factuur meegeven. Ik weet me op zo’n moment geen houding te geven, ben bang dat ze me niet aardig vinden. Daarom laat ik mensen wel eens de deur uitgaan zonder dat ik een factuur meegeef.”

“Kun je geen standaardfactuur maken en die in je pc zetten? Dan print je die uit vóór iemand komt en geef je die mee bij vertrek.”

Maaikes antwoord verrast me: “Nee, een geprinte factuur vind ik niets. Ik schrijf mijn rekeningen liever met de hand, al besef ik hoe idioot dat klinkt want dat kost veel te veel tijd.”

Ganzenveer en inkt

Maaike doet meer eigenaardige uitspraken. Daarbij vang ik indrukken op die een vorig leven van haar betreffen.

Ik zie een man voor me, Maaike in een ander bestaan. De man zit op een krukje aan een robuust uitziende houten tafel. In één hand houdt hij tussen zijn vingers een witte ganzenveer vast. Voor hem liggen vellen papier op tafel, ernaast staat een glazen potje met daarin zwarte inkt. Wat verder, aan een langere tafel, gemaakt van ruw geschaafde houten balken, zitten zeven mannen in formele kledij.

Ze hebben zwarte nauwsluitende lange jassen aan, eronder witte hemden met grote ronde plooi-kragen. Ze zien eruit als ouderwetse rechters, al dragen ze geen witte pruiken. Hun eigen haar is donker van kleur en hangt tot op hun witte kragen.

De mannen zitten binnenshuis in een zaal en hebben toch hoge, smalle zwarte hoeden op het hoofd. De hoogte daarvan geeft mogelijk hun rangorde aan.

Een rechtbanksituatie rond het jaar 1600, schat ik in aan de hand van de kleding.

Een tiental meters van de tafels vandaan, ter hoogte van anderhalve meter, bevindt zich een klein houten podium met zittend publiek, ongeveer dertig tot veertig personen. In mijn hoofd hoor ik hun gegil en gejoel. Boegeroep. Ze zijn het niet eens met wat er in deze rechtszitting gaande is.

Tien gevangenen, allen mannen, geboeid met touw aan polsen en enkels én aan elkaar, staan naast de tafel waaraan de rechters zitten. De gevangenen zien er mager, vies en terneergeslagen uit, alsof ze net uit een kelder zijn gehaald waar ze weken in doorbrachten.

De man met de ganzenveer in zijn hand (Maaïke) is klerk. Hij noteert met sierlijke pennenstreken op papier wat de rechterlijke macht hem, namens de man met de hoogste hoed, dicteert. Tot slot ondertekent de klerk het vonnis. Voor iedere gevangene één document.

Hierna overhandigt hij de getekende papieren aan een toegesnelde bewaker, die de geboeide gevangenen onder luid geklap en gejoel van het podiumpubliek

wegvoert. Eén gevangene komt vrij, negen anderen worden tot de strop veroordeeld.

Weggaan met een goed gevoel

Ik vertel Maaïke wat ik zie en vat samen 'dat een vonnis op papier zetten in vroegere tijden niet hetzelfde is als nu een factuur uitschrijven.' "Cliënten in jouw praktijk zijn geen gevangenen die ter dood veroordeeld worden. Ze verlaten jou juist blij en opgewekt na een behandeling."

Maaïke kijkt me een kort moment verwonderd aan. Een stralende lach trekt over haar gezicht als ze zegt: "Mijn hobby is kalligraferen. Dat weet jij niet, maar in mijn vrije tijd maak ik handgeschreven uitnodigingen voor mensen die een bruiloft of feest organiseren. Voor cliënten in mijn praktijk zou ik het liefst iedere factuur willen kalligraferen omdat dat er fraaier uitziet, maar dat kan natuurlijk niet."

"Maaïke, wat je nu graag doet, mensen inviteren met prachtige gekalligrafeerde teksten voor blije gebeurtenissen, is het tegenovergestelde van wat je in dat vorige leven deed. Toen ondertekende je als klerk documenten die de dood van gevangenen konden betekenen. Als je nu als coach de rekening overhandigt, gaan cliënten niet dood. Het zijn geen gevangenen die een vonnis op papier krijgen. Ze beginnen aan een nieuwe, betere periode in hun leven!"

Een week later zette Maaïke een standaardfactuur in haar computer. Met gemak print ze die tegenwoordig uit.

De finale rekening presenteren was nog nooit zo eenvoudig. Modern, snel, efficiënt. Niks meer handgeschreven of tijdrovend gekalligrafeerd.

Een paranormaal inkijkje in een vorig leven kan reuze nuttig zijn om een hedendaags probleem op te lossen. Zeg nou zelf, facturen kalligraferen is zó jaren 1600.

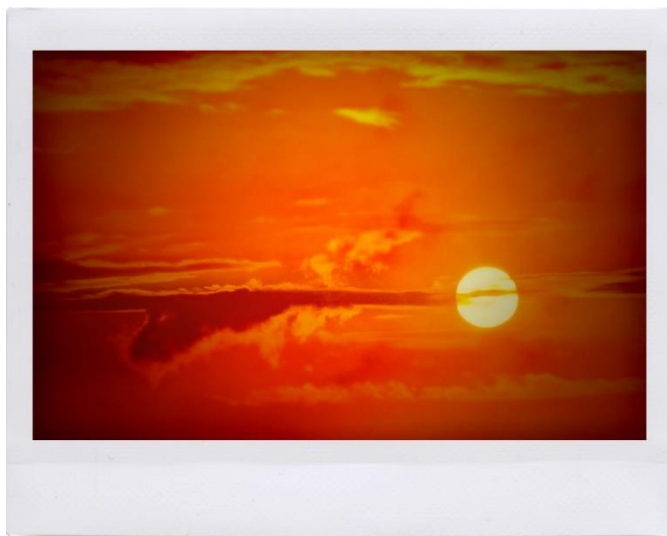


Kalligrafie is de kunst van het schoonschrift. Mooi schrijven met behulp van een brede pen punt en zwarte inkt. Versieringen aanbrengen in de letters, bijvoorbeeld in Romeinse, middeleeuwse of Gotische stijl. Om dit te doen heb je een vaste hand, creativiteit en een flinke dosis geduld nodig.

In het Romeinse Rijk was kalligraferen een precies en tijdrovend werkje voor uitverkoren slaven die konden lezen en schrijven. In de middeleeuwen schreven kloostermanniken met eindeloos geduld manuscripten, boeken en bijbels over en brachten daarbij verfraaiingen aan in de teksten. Na de uitvinding van de boekdrukkunst raakte schoonschrijven uit de gratie.

Kalligrafie dook honderd jaar geleden weer op, in de vorm van handgeschreven, persoonlijke invitaties voor huwelijksfeesten.

Schoonschrijven heeft tegenwoordig een hobbystatus en is bezig aan een opmars in de reclamewereld onder de naam handlettering.



6. TROPISCHE HITTE

Na een reorganisatie blijft Larissa als een van de weinigen over op haar werkplek. De meeste collega's zijn tijdig vertrokken naar andere werkgevers of ontslagen.

Larissa voelt zich ongelukkig. Ze is boos op werkzaamheden die haar zijn toebedeeld, boos op cijfers die ze moet invoeren in het computersysteem.

Hartje zomer maakt ze een afspraak in mijn praktijk omdat 'ze het allemaal niet meer weet'. Hoe komt ze uit deze impasse?

Buiten is het veertig graden Celsius. Binnen minstens dertig. Nederland gaat gebukt onder extreem hoge zomerse temperaturen. Het is warm, vreselijk warm.

Larissa (46) arriveert op tijd. Een mollige, goedlachse vrouw met lange blonde haren, die boven op haar blozende hoofd bijeengebonden zijn. De stof van de kakikleurige short en het witte T-shirt dat ze draagt, spant zich strak om haar volslanke lichaam. Blote benen en voeten. Goudkleurige plastic teenslippers.

Hijgend en puffend flip flopt ze mijn kant uit, met rode wangen en vurige vlekken in haar nek. "Pff. Blij dat ik er ben. Onmenselijk, zo heet als het is! Buiten val je dood neer van de hitte."

Uit verveling eten

Larissa werkt op de financiële afdeling van een kleine gemeente. "Sinds een grote reorganisatie ben ik daar doodongelukkig", vertelt ze.

Haar voorheen brede takenpakket is ingeperkt. "Praktisch iedereen is ontslagen, ik mocht blijven. Ik zou blij moeten zijn. Eerst mocht ik zelf dingen beslissen en regelen, maar na de digitalisering voer ik alleen cijfers in op de computer." Ze vindt het lastig haar functie nog leuk te vinden. "Maar, er moet brood op de plank, ik heb wel een baan nodig."

Om ongelukkige gevoelens te dempen, eet ze veel te veel. Begrijpelijk, maar onverstandig. "Ik weet dat ik te zwaar ben. Ik heb daar last van, ik ben kortademig en

mijn hart slaat onregelmatig.” Een sombere blik trekt over haar gezicht. “Mijn huisarts heeft me gewaarschuwd. Ik zou drastisch moeten afvallen. Hij heeft gelijk. Mijn cholesterolwaardes zijn gevaarlijk hoog. Ik heb het zelf zo ver laten komen, ik eet maar door. Meestal uit verveling.”

Omdat Larissa bang is ‘dat haar hart zomaar stopt’, is in het ziekenhuis ter controle een hartfilmpje gemaakt. “Dat was om me gerust te stellen. Mijn hart is in orde. Toch blijf ik angstig.”

Haar wangen kleuren een tintje donkerder rood. “Ik ben kwaad op mezelf dat ik geen maat kan houden met eten. Boos op anderen omdat ik geen relatie heb. Ik moet áltijd alles alleen doen! Ik háát het om de hele week stomme getallen te moeten invoeren! Sinds collega’s waarmee ik goed bevriend was, weg zijn, maak ik rare fouten omdat ik er geen zin meer in heb. Mijn bloeddruk is te hoog, mijn hart klopt te snel. En zo kan ik nog wel even doorgaan.”

Met papieren tissues veegt ze zweetdruppeltjes van haar rode gezicht.

Iedereen gaat maar dood

Het is warm in de praktijkruimte, dat is waar. Toch voel ik aan, dat Larissa’s boosheid ook een oudere oorzaak kent. Net zoals de angst dat haar hart het ineens begeeft.

Vermoeid zucht ze: “Ik weet het allemaal niet meer. Waarom haat ik cijfers? Het is toch mijn werk. Vorig jaar

had ik daar geen last van en ik werk al jaren op die afdeling. Pas deze zomer word ik boos op de hoeveelheden cijfers die ik moet invoeren in het systeem. En het is al weken veel te warm. Stomme klimaatveranderingen! Wat moeten we in Nederland nou met die hitte? Hoe houd ik dit vol tot aan mijn pensioen?"

We drinken een glas koel kraanwater. Larissa maakt daarna gebruik van het toilet. Bij terugkomst zegt ze: "Vergat ik te zeggen. Iedereen gaat deze zomer onverwachts dood in mijn familie."

Het blijkt om het overlijden te gaan van vier hoog bejaarde tantes. "Ze stierven kort na elkaar. Deze extreme hitte was de laatste druppel voor hen."

"Doe je ogen eens dicht en zeg hardop en met aandacht 'ik haat het invoeren van cijfers'". Onmiddellijk maakt Larissa daarvan: "Ik haat die cijfers!"

"Laat dat gevoel sterker worden. Je haat cijfers. Wat gebeurt er in je lichaam als je dat nogmaals zegt?"

"Ik krijg het warm. Heet. Mijn hart klopt sneller en slaat een slag over." Larissa's gezicht kleurt knalrood.

"Neem dat warme gevoel eens mee naar een herinnering aan een situatie in een andere tijd en plaats, naar een leven dat van jou is geweest. Waar ben je dan? Hoe voelt je lichaam aan? Wat doe je?"

Enkele minuten is het stil. Met een ernstig gezicht concentreert ze zich, om vervolgens boos te zeggen: "Die cijfers kloppen niet! De aantallen kloppen niet!"

Iedereen gaat dood in deze hitte. Om gek van te worden!”

Paters in Brazilië

Dankzij vragen en gegeven antwoorden ontvouwen zich herinneringen aan een vorig bestaan. Een leven in een land waar het heet en vochtig is. Klamme hitte.

Larissa's woede over cijfers die niet juist, zijn neemt toe. Haar hartslag versnelt. Boosheid, warmte en 'angst dat haar hart het ineens begeeft', leiden terug naar een oude situatie in Brazilië, een van de eerste Portugese koloniën, tussen 1600-1700.

Larissa vertelt dat ze een veertigjarige man is, die zich bevindt in een houten onderkomen naast een kleine kerk. Een kerk gebouwd van hout, aan de rand van een jungle.

“Ik werk voor missiepaters. Zij hebben me leren lezen, schrijven en rekenen. In het begin was ik hun loopjongen, nu houd ik hun kasboeken bij, de lopende administratie. In- en uitvoer van goederen die per schip komen. De paters bekeren de mensen die hier wonen tot God. Het is moordend heet, wat een hitte.”

De man groeide op in een land met een koeler klimaat. Als twintiger voer hij per schip mee met een groep paters vanuit zijn geboorteland Portugal naar een overzeese kolonie. “Die maandenlange zeereis was één groot avontuur. Eenmaal hier aan land, met die hitte, kom je niet tot veel. Ik voel me vaak alleen. Met de

inboorlingen kan ik niet praten. Ze zijn dom, zien er anders uit dan ik en we spreken elkaars taal niet. Ze laten zich hier zelden in de buurt van de kerk zien. Paters gaan te voet het oerwoud in om er zoveel mogelijk te bekeren. Verder valt hier weinig te beleven. Ik doe mijn werk, verveel me, eet en slaap. Het is te warm voor wat anders.”

Het leven gaat zijn gangetje. Tot op een kwade dag een ziekte dodelijke slachtoffers maakt onder de inheemse bevolking én de paters. De doden worden naar de kleine houten kerk gebracht, die snel overvol raakt.

In verband met ruimtegebrek leggen de paters lijken neer in het gebouw waar de administrateur kantoor houdt.

“Wat krijgen we nou?! Jullie willen die lui allemaal een begrafenis geven? Zijn jullie gek?! Ik moet in de boeken bijhouden wie gestorven is? Dat is mijn taak niet!” De man schreeuwt: “Ik wil geen doden om me heen! Haal ze weg! Doden trekken demonen aan. En hoe moet ik weten om wie het gaat? Ik ken ze geeneens!”

In plaats van in- en uitgaande handelsgoederen moet hij geboortejaren schatten en sterfdata noteren. “Waar zadelen jullie me mee op? Mijn kasboeken klopten altijd, daar horen geen doden in te staan!”

In razernij ontstoken

Met de dag windt hij zich meer op. Hoe meer mensen ‘er zomaar dood neervallen’, hoe bozer hij wordt op de

hitte, de paters, én de doden. Hij is bang dat zijn met inkt neergepende cijfers in de papieren kasboeken niet correct zijn. Hij is woest: “Nog meer doden! Ze blijven komen! Nog meer getallen... ik maak schattingen en schrijf maar wat op om d'r vanaf te zijn. Soms scheur ik een heel blad uit een kasboek omdat ik met inkt geknoeid heb of omdat de totaalcijfers niet kloppen. Dit is niet hoe ik al jaren werk. Stomme paters, stomme doden!”

Tijdens een heftige woordenwisseling met een zieke pater die de leiding heeft, gaat de man tekeer. Zijn hoofd loopt rood aan. Roder dan rood. Met overslaande stem krijgt hij over zijn angst voor dode inboorlingen en de aanhoudende tropische hitte. Over de wanorde in zijn administratie. Over cijfers die niet kloppen.

En dan zegt Larissa plotseling kalm: “Ik zie mezelf in elkaar zakken. Een woedende man die een hartaanval krijgt. Hij was niet eens ziek zoals de rest. Toch sterft hij. Woedend op iedereen die doodging, op zijn werk, op alles...”

Langzaam trekken de rode vlekken in Larissa's nek en de warmrode gloed op haar wangen weg. De stoel waarin ze zit, vertoont - net als haar T-shirt en short - natte plekken van transpiratie. Ze snakt naar een glas water. Ik ook. Tropische temperaturen. Buiten, binnen en tijdens de regressie.

We leggen verbindingsslijntjes tussen toen en nu. Grote hoeveelheden cijfers invoeren in het computersysteem van de gemeente, en ‘dodencijfers’ bijhouden in oude kasboeken. Nederland heeft deze zomer de ene hittegolf na de andere, vergelijkbaar met hoge temperaturen in de jungle van de Portugese kolonie.

Collega’s van Larissa kwamen na de reorganisatie niet meer terug, enkele tantes stierven vlak na elkaar. ‘Je zou zo dood kunnen neervallen van de hitte’, verkondigde Larissa stellig bij aankomst in mijn praktijk.

Net zoals missiepaters en bekeerlingen in rap tempo stierven aan een in die tijd onbekende ziekte.

De administrateur van de paters deed zijn werk, at en sliep. In het oerwoud was niks te doen. Heden en verleden raakten met elkaar vermengd.

Uit verveling propt Larissa zich vol met lekkere hapjes. Ze komt tot weinig, eet, kijkt tv of *Netflix* en slaapt. Haast ongemerkt neemt ze gewoontes en emoties over van een man die ze ooit is geweest.

In haar eentje voert ze cijfers in op de computer, maakt daarbij vreemde fouten. Wordt boos op alles en iedereen, is bang dat haar hart ermee stopt.

Overeenkomsten te over. Verschillen benoemen is lastiger. Larissa krijgt daarom schrijf- en tekenopdrachten mee naar huis om het vorige leven emotioneel af te ronden. Hoe meer verschillen ze kan benoemen tussen haar huidige leven (werk en privé) en dat van de man in het Braziliaanse oerwoud, des te sneller ze uit haar impasse komt.

Positieve veranderingen

Dat werkt. Een maand later e-mailt ze dat de angst voor een hartaanval weg is. Dat tot haar is doorgedrongen dat ze beter gezonder kan eten en meer moet bewegen. Ze heeft een fitnesscoach in de arm genomen die haar begeleidt, ‘want alleen is maar alleen’.

Ze is niet langer boos op haar omgeving. Op haar werk heeft ze om andere (cijfer)taken gevraagd, en nieuw werk gekregen.

Larissa meldt dat ze vrijwilliger is geworden bij een sociale organisatie, ze doet nieuwe contacten op. De patstelling waarin ze terecht kwam, is verleden tijd.

Ze eindigt de e-mail met: “Wel gehoopt, maar nooit geloofd, dat reïncarnatietherapie mij verder kon helpen. Ik moest wennen aan dat vorige leven dat ik bij paters in het oerwoud had gehad. Lachen, dat ik toen bang was voor dode mensen. Want nu vind ik alles over leven na de dood machtig interessant!”

Situaties uit voorbije levens kunnen getriggerd worden door omstandigheden die gelijkenissen vertonen met het hier-en-nu. Zulke overeenkomsten kunnen iemand danig verwarren, als verleden en heden door elkaar gaan lopen.

Larissa’s focus is verlegd naar haar leven nu, precies zoals het hoort. Ze kan weer verder.



7. VOEDSELALLERGIE

Eetervaringen met vervelende nawerkingen (opgedaan tijdens de kinderjaren of in situaties in vorige levens) zet ons huidige lijf wel eens op het verkeerde been. Onze hersenen reageren primair op voedsel, want eten en drinken hebben we nodig om te overleven. Maar wat, als zo'n impulsreactie allang niet meer overeenkomt met de hedendaagse werkelijkheid?

Mensen die in vorige levens zijn gestorven na het eten of drinken van bedorven, giftige of vergiftigde etens-

waar/drank, kunnen in nieuwe opvolgende incarnaties merkwaardig reageren op hedendaagse voedingsmiddelen. Bij het zien, ruiken, aanraken, proeven of nuttigen van voedsel en drank met dezelfde uiterlijke kenmerken of smaakbeleving als de ooit dodelijke etenswaar of giftige brouwsels uit een eerder bestaan, zelfs zonder dat men zich hiervan direct bewust is, kan voedselallergie of -intolerantie optreden.

De ziel reageert, met directe gevolgen voor het huidige lichaam: flauwvallen, paniekgevoelens of allergische huidreacties.

Dodelijke olijven

Sportieve veertiger Tom kwam ik tegen op een receptie. Hij was in gesprek met zijn aanstaande schoonvader, een oudere heer. Samen stonden ze te praten aan een bar, waarop kommetjes waren geplaatst met daarin borrelnootjes in drie kleuren én een bakje met groene olijven.

Het gesprek tussen de mannen verliep stroef. Ze probeerden beleefd te blijven tegen elkaar, deden gemaakt aardig. Plotseling ving ik het volgende op. Tom zei: “Bah, ik haat olijven!”

Zijn gesprekspartner reageerde: “Olijven zijn gezond.”

“Nee, ik vind ze smerig. Ik haat die groene dingen!”

“Hoezo dan?”

“Je kunt eraan doodgaan!”

“Kom op zeg, waar haal je dat vandaan? Deze olijven mankeren niets.”

“Borrelnootjes zitten vol bacteriën, afkomstig van graaiende mensenhanden. Olijven zijn gevaarlijk.”
De oudere man barstte in lachen uit: “Volgens mij stikt iemand sneller in een nootje dan in een olijf.”

Ik zag Tom kwaad worden, zijn hoofd liep rood aan. Zijn mond ging open en dicht. Als een vis op het droge hapte hij naar adem. Wat was hier aan de hand?

Tom draaide zich om, keerde zijn aanstaande schoonvader de rug toe en mompelde “Jij snapt er niets van”. Boos beende hij weg, in de richting van iemand anders in de zaal waar de receptie werd gehouden.

De oudere man wendde zich tot mij met: “Wie gaat er nou dood aan een olijf. Mijn dochter krijgt een rare vent als echtgenoot.” Hij bewoog zich in de richting van het kommetje borrelnootjes, pakte daar een handvol uit, mikte ze in zijn mond en kraakte ze kapot tussen zijn tanden.

Totaal onverwacht had ik beeld en geluid, alsof ik naar een paranormaal YouTube-kanaal over vorige levens keek.

Beide mannen, die zojuist nog met elkaar spraken aan de bar, zag ik veranderen in twee mannen van ongeveer dertig, in een Oud-Romeinse setting. Ik zag een grote ruimte met marmeren pilaren en een marmeren vloer. Een feestzaal. Het was een drukte van belang. Mensen die door elkaar liepen, muziek, dans, eten. Het kostuum van de oudere man van zojuist, was veranderd in een lang lichtkleurig gewaad, bijeengehouden door een

bronskleurige gesp op zijn schouder. Overduidelijk had hij een voorname functie.

Tom van daarnet hield hem, licht vooroverbuigend, een dienblad voor. Met daarop een schaal met verschillende vruchten en een bokaal met rode vloeistof. Wijn?

Met een kort handgebaar gaf de senatorachtige man aan, dat zijn bediende enkele groene olijven van het presenteerblad moest pakken en opeten.

De beelden die ik zag, veranderden. 'Tom' viel neer op de marmeren vloertegels. Zijn hoofd was rood aangelen, hij hapte naar adem. Zijn lichaam rolde zich op tot een bal, zijn handen lagen op zijn buik. Het tafereel zag er voor de bediende pijnlijk uit.

Niet veel later werd zijn levenloze lichaam weggedragen door twee andere mannen. Ik vermoedde dat hij stierf aan vergiftigde olijven, die bedoeld waren voor zijn heer en meester.

De bewegende plaatjes die ik in mijn hoofd zag, verdwenen weer. Het geluid van krakende nootjes weerklonk. Ik hoorde de stem van de man aan de bar. Hij zei: "Olijven zijn zo veilig als wat. Echt lekker vind ik ze niet, maar om ze nou te haten. Dat is overdreven."

Ik knikte hem gedag en liep Tom achterna.

"Tom, geloof jij in reïncarnatie of vorige levens?"

"Niet speciaal, hoezo?" Ik legde hem uit dat ik wel eens informatie opvang van en over andere mensen. "Hoe sta jij tegenover je aanstaande schoonvader?"

“Hij is niet mijn type. Zo’n Plato-filosoof die zich verheven voelt boven anderen. Zelden luistert hij echt naar wat ik zeg. Volgens mij beschouwt hij me als noodzakelijk kwaad. Maar ja, ik ga wel met zijn dochter trouwen.”

“Sinds wanneer ben je allergisch voor olijven?”

Tom lachte. “Ik vind olijven altijd al vies, ik zal ze nooit eten.”

“Kan het zijn dat je hém haatte daarnet, in plaats van dat je olijven werkelijk haat?”

“Mmm, daar zeg je me wat.”

Voorproever

Ik beschreef hem wat ik zojuist paranormaal had waargenomen. Dat hij, Tom, in een vorig leven in de Romeinse tijd de bediende was geweest van zijn nu aanstaande schoonvader. Dat hij als slaaf een voorproever was geweest, een zogenaamde *praegustator*. Zulke bedienden hadden tot taak maaltijden en dranken voor te proeven, om mogelijke vergiftiging tijdig te ontdekken, opdat hun meester in leven bleef.

Hooggeplaatste of rijke personen werden nogal eens door tegenstanders uit de weg geruimd door etenswaar dat van dodelijk gif was voorzien. Voorproevers moesten het leven van hun baas veiligstellen.

Dat praegustatoren meestal niet oud werden, mag helaas duidelijk zijn. ‘Tom’ stierf zeer waarschijnlijk als voorproever na het eten van vergiftigde olijven, bedoeld voor de persoon die hij nu weer tegenkwam in de gedaante van zijn aanstaande schoonvader.

Een hernieuwde kennismaking (niet als bediende/meester in de Romeinse tijd, maar als aanstaande schoonzoon/schoonvader) zorgde voor herkenning op zielsniveau.

Tom reageerde heftig op het zien van olijven. Olijven, die volgens zijn zielsherinnering met recht levensgevaarlijk waren geweest. Aan het eten van vergiftigde vruchtjes van de olijfboom was hij gestorven. Terwijl hij in dienst was van een man die hij, nog steeds, niet mocht.

Tom vond mijn verklaring interessant, maar het begrip reïncarnatie te ver gezocht.

Een jaar na de receptie liep ik hem tegen het lijf op een verjaarsvisite. Een feestelijke gelegenheid met een overdaad aan hapjes en drankjes. Cake, taart, toastjes, tapas, nootjes én olijven.

Ik zag Tom staan, gebogen over een tapasschaal met zwarte Kalamata-olijven. Aan het houten prikkertje dat hij in zijn hand had en naar zijn mond toebracht, zaten drie grote zwarte olijven. Hij at ze met smaak op. Zodra hij me zag, knipoogde hij en stak zijn duim naar me op ten teken dat ze lekker waren. Zijn mening over dodelijke olijven had hij vermoedelijk bijgesteld.

Wat later vertelde hij me, dat mijn verhaal over een vorig leven in het oude Rome hem had doen inzien dat olijven best gezond kunnen zijn. Het gevoel olijven te haten, was weg.

De relatie met zijn schoonvader was intussen aanmerkelijk verbeterd sinds hij hem niet meer beschouwde als

‘een boven anderen verheven heer en meester’. Beide mannen vonden toenadering tot elkaar.

Misschien was dat zonder inkijkje in een vorig leven ook wel gelukt. Sommige relaties hebben simpelweg tijd nodig.

Natuurlijk hebben voor- en afkeuren (en allergieën) voor eten en drinken niet altijd te maken met ervaringen in vorige levens. Ons lichaam kan evengoed gevoelig reageren op chemische kleur-, geur- en smaakstoffen die aan voedselproducten zijn toegevoegd. En iemand die een bepaald gerecht te weerzinwekkend vindt om op te eten, er ‘allergisch’ voor is, kan last hebben van een recente eetgebeurtenis. Bijvoorbeeld een nare herinnering aan het verorberen van een slechte mossel, die een keer in een visgerecht verwerkt zat. Als je direct na het eten van zo’n gerecht ernstig ziek bent geworden, kun je onbewust blijven denken of bewust besluiten: ‘mosselen eet ik niet meer, want daar word ik ziek van’. Zo’n gedachte, overtuiging of besluit stuurt je voedselkeuze de volgende keer een andere kant op. Eten of drinken waar je erg ziek van bent geworden, ga je automatisch uit de weg, uit lijfsbehoud.

Melkintolerantie

In sessies reïncarnatietherapie heb ik heel wat cliënten in vorige levens zien sterven aan van alles en nog wat. Echter, wanneer in voorbije levens sprake was van sterven door voedselvergiftiging, was de nawerking voor

lichaam en ziel in opvolgende incarnaties vaker merkbaar als 'allergie echo'.

Ook onderstaand voorbeeld herinner ik me als boeiend, daar waar het om voedselintolerantie ging.

Cliënte R. reageerde allergisch op melk. Iedere keer wanneer ze een glas melk dronk in combinatie met het eten van vlees- of vleesproducten, kreeg ze acuut last van stekende buikpijn.

Deze melkintolerantie was terug te voeren op een vorig leven waarin R. een Joodse man was geweest die leefde volgens strenge geloofs- en koosjere eetregels.

Volgens traditionele eetregels van het Jodendom moeten melk en vlees gescheiden blijven in de keuken bij de bereiding van voedsel.

Echter, deze man werd gevangengenomen in oorlogstijd (WOII) en moest noodgedwongen in een concentratiekamp zijn koosjere leefwijze laten varen. Hierover voelde hij zich ontzettend schuldig tegenover zijn God. Hij kreeg extreem weinig te eten als kampgevangene, leed honger, had hevige buikkrampen van de dysenterie en overleed.

Omstandigheden waaronder hij toen stierf kwamen overeen met privéomstandigheden van cliënte R. Op zielsniveau koppelde zij daardoor verkeerde zaken aan elkaar. De pijnlijke steken in haar buik weet ze aan melkallergie.

Nadat R. herinneringen aan het vorige bestaan als Joodse man emotioneel had verwerkt en goed afrondde,

besepte ze dat in haar leven nu, overigens als fervent atheïste, ze zich aan geen enkele koosjere eetregel meer hoefde te houden. Met het loslaten van oude schuldgevoelens over het zich tijdens gevangenschap niet kunnen houden aan de gescheiden melk-vleesregels, verdween haar huidige intolerantie voor melk.

Voor reïncarnatietherapeuten maakt het weinig uit of het bij cliënten gaat om een voedselintolerantie of een voedselallergie. Zij benaderen de veroorzaker van hardnekkige lichaamsklachten op een andere manier dan de in de reguliere gezondheidszorg. Met vaak verrassende oplossingen.



8. DE DODENDRAAD

In vorige levens sterven mensen op de meest vreemde manieren.

Voor een juiste therapeutische begeleiding kan het handig zijn als je veel van geschiedenis weet. Zo kwam ik opeens tijdens een sessie met een cliënt ‘de dodendraad’ uit de Eerste Wereldoorlog tegen.

Henk (54), boomkweker van beroep, is in zijn vrije tijd vaak in de natuur te vinden. In vakanties bewandelt hij lange-afstands-paden in binnen- en buitenland. Daarbij

komt een klein probleem om de hoek kijken. Als Henk weilanden nadert die omheind zijn met schrikdraad, voelt hij een onverklaarbare angst opkomen.

“Ik weet niet wat het is”, zegt hij, “maar de haren op mijn armen gaan recht overeind staan en mijn huid tintelt dan van de stress.”
Steeds vaker gaat hij op wandelroutes een andere richting uit ‘vanwege al dat enge draad’. Volgens hem kan ‘je er zo dood van neervallen’.

Voor zover hij zich kan herinneren heeft hij geen nare ervaringen opgedaan met schrikdraad en was hij er als klein kind al bang voor. Henk is geboren en getogen in Wernhout, een dorpje in Noord-Brabant dat dicht tegen de Belgische grens aan ligt. Hij woont en werkt daar nog steeds.

Zijn ouders hadden een tuindersbedrijf dat hij op 20-jarige leeftijd overnam en sindsdien succesvol runt. Een geluk dat de vele hectaren die hij nu als kweker in eigendom heeft om struiken en bomen op te laten groeien, niet afgebakend zijn met palen of schrikdraad. “Daar begin ik niet aan. Veel te eng.”

Tijdens een consult onderzoeken we samen de oorzaak van zijn angst.

Henks fobie voor schrikdraad komt voort uit een vorig leven dat zich afspeelt op de grens van Nederland en België. Niet in Wernhout, maar meer oostwaarts, richting De Kempen.

De Eerste Wereldoorlog is uitgebroken. In een landelijk gebied woont een 8-jarige jongen met zijn ouders en broers in een grote boerderij. In de buurt van deze boerderij wordt een grens-versperring aangebracht: de dodendraad.

Voor de jonge boerenzoon zijn apparaten die op stroom werken tamelijk onbekend. Zijn ouders hebben wel gewaarschuwd. 'Raak de draad niet aan, dat is gevaarlijk. Er staat stroom op!' Van de grensversperring moet hij wegblijven, dat is duidelijk.

Maar ja, voordat de draad werd aangebracht speelde de jongen graag in de bossen en weiden rondom de boerderij. Zijn vriendje woont 'aan de overkant', daar wil hij naartoe. Liefst zonder om te lopen.

De jongen besluit de korte route te nemen die hij goed kent, de waarschuwing van zijn ouders negerend. Aangekomen bij de grensversperring ziet hij hoge houten palen met daartussen metalen draden en witte klossen.

Met beide handen pakt hij een van de draden vast, met de bedoeling de draad omhoog te houden om er zo onderdoor te kruipen.

Het ene moment is de boerenzoon springlevend, het volgende ogenblik tintelt zijn huid. Dat hij ter plekke sterft, begrijpt hij niet.

Henk heeft de plotselinge sterfervaring van de jongen in de Eerste Wereldoorlog, die hij eens was, inmiddels therapeutisch afgerond. Hij is op de hoogte gebracht van het verschil tussen hedendaags schrikdraad en de beruchte 'dodendraad' (2000 Volt) die hem in het verleden het leven kostte.

Als volwassene kent hij het verschil tussen hoge en lage voltage. Elektriciteit, in 1915 nog een innovatief wonder, zeker op het platteland, is gemeengoed geworden. Op huidig schrikdraad staat slechts zwakstroom, daarvoor hoeft hij niet bang te zijn.

Mocht Henk toch per ongeluk schrikdraad aanraken, dan voelt hij hoogstens een klein schokje. Met die wetenschap is het weer fijn wandelen in de vrije natuur.

In opdracht van het Duitse bezettingsleger werd in april/mei 1915 op Belgisch grondgebied, aan de grens tussen België en Nederland (van Knokke tot aan Aken in Duitsland) gestart met werkzaamheden die leidden tot een innovatieve elektrische draadversperring: een constructie van houten palen, (prikkel)-draadlagen en porseleinen isolatoren om de kilometerslange rijksgrens hermetisch af te sluiten.

Eind juli 1915 werd deze draadversperring op bijna alle plaatsen van stroom voorzien (2000 Volt).

Wie de draad wilde trotseren, werd veelal slachtoffer van elektrocutie of neergeschoten bij de poging over de draadconstructie heen te klimmen.

In de Antwerpse Kempen kun je de 38 kilometer lange Dodendraadroute fietsen (Baarle-Hertog, Baarle-Nassau, Ravels, Merksplas, Hoogstraten); in Baarle-Hertog is het Dodendraadwandelpad van 3,3 kilometer te belopen.

Zie: www.dodendraad.org



9. KATTENALLERGIE

Last hebben van een kattenallergie, zonder dat er een poes of kater aan te pas komt. Kan dat? Is overgevoeligheid op te lossen door terug te gaan naar een herinnering aan een vorig leven?

Bibliotheekmedewerkster Myriam (45) is sinds een half jaar 'een kattenvrouwtje'.

Ze wilde altijd al graag poezen in huis, maar eerder kwam het er niet van. Samen met haar partner zorgt ze voor drie schattige, springerige kittens: *Healthy*, *Joy* en

Bumpy. Nooit had ze last gehad van enige vorm van allergieën, dus keek ze raar op toen ze na een week jonge poezen verzorgen een allergische (huid)reactie kreeg. Bultjes op haar armen, die al snel grotere bulten werden. Een snotterende neus. Rode, tranende ogen.

Surrogaat kinderen

Als ik Myriam zie, maakt ze een verdrietige indruk. In de praktijkruimte zit ze ineengedoken. Donkere schaduwen onder haar ogen, wallen van hier tot Tokio.

Ze snift: “Sinds ik onze kittens in huis heb, zijn mijn ogen pijnlijk rood. Kleine adertjes zijn gesprongen. Mijn ogen voelen dik en droog aan. Ik gebruik van die druppeltjes, nep traanvocht, om ze vochtig te houden. Dat helpt maar kort. De huisarts zegt dat ik allergisch ben voor mijn poezen en dat ik ze beter kan wegdoen. Dat maakt me zo verdrietig! Het zijn zulke lieverds. Voor mij zijn het net kinderen, al weet ik best dat het om huisdieren gaat. Ik kan wel janken, maar écht huilen lukt niet eens. Tranen blijven uit. De huisarts zegt dat ik een kattenallergie heb, en dat dit blijvend is. Mijn traanbuisjes zitten dicht. Volgens hem had ik gewoon nooit aan katten moeten beginnen. Maar ik heb vaak poezen van kennissen te logeren gehad in vakantieperiodes. Nergens last van gehad. Dat is toch gek. Zijn drie kittens misschien te veel? Ik zou het niet over mijn hart kunnen verkrijgen om ze te moeten herplaatsen, dan ga ik dood van ellende! Kun jij kijken wat er speelt?”

Wat willen Myriams bloeddoorlopen ogen, giga wallen en verdriet duidelijk maken?

Iedere allergie heeft een oorzaak. De ene keer kun je allergische lichaamsreacties wegnemen door een cliënt te laten kijken naar diverse oorzaken; een andere keer wil iemand onderliggende thematieken of symbolische boodschappen niet nader bestuderen. In zo'n geval werken voorgeschreven anti-allergie-medicijnen beter. De woning vrijhouden van kattenallergenen helpt vanzelfsprekend ook. Dagelijks stoffen, zuigen, dweilen.

Bij Myriam 'zie' ik een verbindingslijntje tussen geen kinderen hebben en de angst om haar poezen te verliezen of te herplaatsen.

Mijn kinderen!

Ik vraag Myriam, die in een stoel zit, of ze haar ogen wil sluiten en zeg: "Denk maar aan jouw pijnlijke ogen. Ze zijn rood, opgezwollen en voelen droog aan. Welke gedachte komt er als eerste bij je op?"

"Ik kan niet huilen."

"Wat maakt dat je niet kunt huilen?"

"Het is te erg."

"Concentreer je op dat gevoel, dat het te erg is. Wat merk je op? Wat gebeurt er in je lichaam, wat voel je?"

"Mijn hart doet pijn. Ik moet huilen."

"Wat is er precies te erg?"

"Ik ben alles kwijt."

"Wat ben je vooral kwijt?"

“Ik ben alles kwijt waar ik van hield.”

“Wat of wie precies ben je kwijt?”

“Mijn kinderen!”

Hupsakee, samen boren we herinneringen aan die horen bij een treurig vorig leven dat Myriam ooit heeft gehad.

“Mijn kinderen. Het zijn er drie. Ik breng ze ten grave. Het is alsof ik zelf van binnen sterf. Ik kan niet meer huilen. Ik ben uitgehuild. Mijn tranen zijn op, ik ben op.” Op mijn vraag of Myriam denkbeeldig vanaf een afstand naar de persoon kan kijken die ze in dat vorige leven is geweest, vertelt ze dat het om een armoedig geklede vrouw gaat. In het zuiden van Engeland, lang geleden, in een periode dat de builenpest heerste.

“Ik zie er mager uit. Ben slecht gekleed. Mijn ogen liggen diep in mijn donker omrande oogkassen. Ik heb bloed-doorlopen ogen van het vele huilen.

Mijn man stierf eerst, daarna onze kinderen. Alle vier heb ik ze begraven zien worden. Ik heb zoveel verdriet! Wekenlang huilde ik. Ik eet niet meer. Ik kan niet meer. Mijn tranen zijn op, mijn lichaam ook.”

Kort na de dood van haar gezin sterft de vrouw, eveneens aan de builenpest.”

Verschillen

Na emotioneel therapeutisch afrondingswerk, vraag ik of Myriam haar ogen weer wil openen. Tranen druppen

na over haar wangen; ik reik haar een doos met papieren tissues aan en zeg: “Gelukkig, je kunt weer huilen.” “Ja”, zegt ze met een lach, “mijn gezicht is kletsnat.”

Cliënten zijn doorgaans vlug in staat overeenkomsten te zien tussen situaties in hun huidige leven en die in voorbije levens.

Myriam is zogezegd emotioneel blijven steken in gebeurtenissen in het verleden, het grote verdriet dat ze ervoer omdat haar kinderen en man aan de pest stierven. Zij overleed kort daarna.

Op *haar* sterfmoment waren haar gedachten bij haar man en overleden kinderen. Ze had zoveel gehuild dat haar ogen droog, pijnlijk en opgezwollen aanvoelden. Haar tranen waren op. Er was geen ruimte over in haar hoofd om te beseffen dat ze zelf ziek werd en dat zich op haar eigen lichaam grote bulten hadden gevormd. Ook zij stierf aan de builenpest.

Verschillen, nodig om tot probleemoplossing te komen, zijn meestal lastiger te benoemen. Toch zijn het juist de verschillen, die voor transformatie van een probleem kunnen zorgen. Alles wat toen en nu op elkaar lijkt, zorgt voor verwarring en geeft allergische huidreacties.

Het getal drie

Myriam nam *drie* kittens in huis. Ze gaf deze diertjes ‘toevallig’ Engelse namen, zonder te weten dat inspiratie voor naamgeving wel eens voortkomt uit voorbije

levens. Met de komst van de jonge beestjes namen haar (moederlijke) zorgen toe.

Wat als de poezen ziek werden? Of buiten overreden door een auto? Wat als ze weg zouden?

Verdriet dat ze had om het verlies van drie kinderen in een vorig leven, werd hierdoor 'aangeraakt'. Onbewust reageerde Myriams lichaam op een gelijke manier als het lichaam van de vrouw tijdens de pestepidemie. Bulten op haar armen, geen tranen meer kunnen produceren.

Haar huidige ogen bleven steken in een oud verhaal. Rood. Droog. Pijnlijk. Opgezwollen.

Een logische diagnose van de huisarts: kattenallergie. Maar deze cliënte leeft niet meer in de tijd van de builenpest in Engeland. Het is een paar honderd jaar later, ze leeft en woont in Nederland. Haar kittens zijn niet ziek, maar kernegezond. Myriams huid hoeft niet allergisch te reageren.

Een maand na het consult ontvang ik een e-mail van Myriam. In de bijlage zit een foto van haar poezen. "Kijk, dit zijn ze. Mijn lieve, kernegezonde katten kiddies." Inderdaad, dotjes om te zien. "Mijn allergie is weg! De wallen onder mijn ogen zijn weggetrokken. Mijn oogbollen zijn weer wit, niet langer rood. Niet meer dik en opgezwollen. Het droge pijnlijke gevoel is weg. Ik ben zo blij. Ik kan wel huilen van geluk!"

Mooi! Myriam heeft begrepen dat ze opgerakelde herinneringen aan een vorig leven daar kan laten waar ze thuishoren, in het verleden.

Het venijn zit 'm in de staart

Bij het schrijven van dit artikel dacht ik terug aan een praktijkverhaal van een Amerikaanse collega hypnotherapeut. Op een dag kreeg deze therapeut een man in zijn praktijk met een kattenallergie, een allergie die zich uitte in rode jeukende plekken op armen en rug. Nabijheid van poezen en katers resulteerde telkens in een pijnlijk rode huid.

Deze allergische huidreactie was terug te voeren op een situatie in een vorig leven, toen de cliënt een Engelse zeeman was op de grote vaart.

Menigmaal was hij als jonge, stuntelige matroos afgeranseld (op zijn ontblote rug en bovenarmen) met een zweep, die in die tijd *cat of nine tails* werd genoemd. Deze 'kattenstaart' was vooral bij Britse zeevaarders in gebruik.

De cliënt van de hypnotherapeut legde onbewust nog steeds deze (lichaams)verbinding: kat + staart = een pijnlijk rode huid.

Toen hij zich realiseerde dat echte kattenstaarten hem geen pijn meer konden doen, verdween zijn allergie.

Zo zie je maar, soms komt er geen poes of kater aan te pas bij een kattenallergie.



10. FLIRTEN #MeToo

Seksueel ongepast en ongewenst gedrag... het komt overal voor, en is van alle tijden.

Lisa vertelt over naderingen van ongewenste seksuele toenaderingen, én over een vorig leven dat ze zich herinnert. Als Spaanse flamencodanseres was ze lang geleden niet in staat om een op seks beluste man op afstand te houden.

Kan Lisa nú nog wat doen aan nare gevoelens van toen?

De Amerikaanse filmproducer Harvey Weinstein zette eind 2017 onbedoeld een gigantische #MeToo - 'ik ook' -beweging in gang. Een jonge actrice beschuldigde hem van ongewenst seksueel gedrag. Een beerput ging open! En masse lieten andere actrices van zich horen omdat deze filmproducer al jaren grensoverschrijdend seksueel gedrag vertoonde richting jonge vrouwen.

Praktisch al zijn slachtoffers zwegen uit angst om filmrollen te moeten missen. Nu durfden ze wel van zich te laten horen, omdat ze met velen waren. En het werden er steeds meer.

'Ongewenste seksuele intimiteiten' werd *trending topic* op Twitter en Facebook. Vervolgens lieten in Amerika en Europa duizenden vrouwen - en een handvol mannen - via de *hashtag* #MeToo weten, dat ze op enig moment in hun leven met seksuele intimidatie, aanranding of verkrachting te maken hadden gehad.

Een vriendin van me, ik noem haar hier Lisa, mailde me. De #MeToo-berichten en het zien van slachtoffers in tv-programma's die spraken over wat ze hadden meegemaakt, ook binnen de Nederlandse film- en toneelwereld, rakelden bij haar nare seksueel getinte ervaringen op.

Meermaals had Lisa zich geen houding weten te geven wanneer mannen tegen haar wil toenadering zochten of handtastelijk werden.

Ze vond het vreselijk. Stond erbij met een mond vol tanden, liet het gebeuren, keek ernaar alsof het iemand anders betrof en 'bevroor'.

Lisa: “Ik heb zulke gênante momenten voor mezelf op een rij gezet. Kun je hier eens naar kijken en me tips geven? Wat kan ik doen om die #MeToo-ervaringen achter me te laten?”

Ongepast seksueel gedrag en therapie

Het ongewild toelaten van (seksueel) grensoverschrijdend gedrag overkomt vrouwen, maar ook mannen, en is geregeld te koppelen aan de mate van eigenwaarde.

Hoe sterk voelt iemand zich? Hoe goed is iemand in het aangeven van zijn of haar (fysieke) grenzen?

Hoe meer iemand zichzelf de moeite waard vindt, des te meer die persoon in staat is om duidelijk grenzen aan te geven. Als vrouwen (of mannen) helder voor ogen hebben wat ze wel of niet willen in een relatie, zijn ze meestal in staat ‘nee’ te zeggen wanneer ze (seksuele) toenaderingen van anderen niet op prijs stellen.

Lisa had al de nodige therapietrajecten gevolgd in haar leven. Ze had flink ‘aan zichzelf gewerkt’; tijdig leren ‘nee zeggen’ behoorde daar inmiddels toe. Haar zelfbeeld was in orde.

Echter, in de ervaringen die ze beschreef in haar e-mail, was dat niet het geval. Ook repte ze nergens over boosheid.

Zoals zoveel slachtoffers van ongewenst seksueel intimiderend en grensoverschrijdend gedrag, deed Lisa op luchtige manier voorkomen alsof de akelige situaties min of meer haar eigen schuld waren geweest. Dat was

niet zo! In de door haar genoemde gebeurtenissen waren mannen die seksueel ongepast gedrag vertoonden, gewoonweg lompe eikels geweest.

Therapeutisch gezien leek het me nuttig voor Lisa, als ze zich met terugwerkende kracht zou kunnen realiseren dat ze zich niet alleen bang, hulpeloos en verdrietig had gevoeld in een aantal situaties, maar ook boos.

Ze zou bijvoorbeeld de veroorzakers van vervelende gevoelens bij haar, nog steeds kunnen aanspreken op hun wangedrag.

Al was het inmiddels vele jaren later, Lisa kon nu veilig vanachter haar computerscherm opgekropte emoties beschrijven, voelen, doorleven en uiten. En inzien dat mannen over haar grenzen waren heengegaan, zonder dat ze daarom gevraagd had of dat zelf wilde. Het was niet haar schuld.

Zaken van je afschrijven/typen, geeft overzicht, ruimte, en lucht op. Oude, vervelende seksueel getinte ervaringen krijgen zo een plek in het verleden en vragen geen aandacht meer.

Spaanse stad Sevilla

Over een 'onbenullig momentje' schreef Lisa: "Op vakantie in Spanje met een vriendin, kneep een Spaanse jongen in het voorbijgaan zomaar in mijn billen. Hij lachte me uit. Ik wilde hem in het Spaans een scheldwoord toeroepen. Hij en zijn vriend moesten

daarom nog harder lachen. Ik was boos, maar wat kon ik doen?”

Bij het lezen van deze tekst, dansten zomaar opeens beeldflarden uit een vorig leven van Lisa voor mijn ogen. Ik e-mailde terug: “Ik zag ineens een flamencodanseres voor me. Jij in een vorig leven. Uitdagend dansend. Mannen gek makend van verlangen. Een Spaans vorig leven. Jij lachte mannen uit, omdat ze je niet konden krijgen. Ik weet dat je al veel vorige levens kent van jezelf, misschien deze nog niet. Het woord van een stad, *Sevilla*, komt bij me op.”

Ik gaf Lisa therapeutische schrijftips om beter met de emotie boosheid om te kunnen gaan; tegelijkertijd was ik benieuwd of ze dat Spaanse vorige leven, waar ik beelden van zag, al kende?

Dansen met passie – flamenco

Een paar dagen later ontving ik een e-mail van Lisa, met in de berichtregel: *Flamenco prinses, Sevilla 1223 – 1247*.

Daarin stond: “Ik zie een jonge vrouw met mooie, donkere amandelvormige ogen in een fijn, regelmatig gezicht. Ze heeft haar ogen verleidelijk opgemaakt. Ze is goed in de dans. Vol passie danst ze, stampt ze met haar hakken en zwiert ze in haar flamencojurk rond. Haar slanke armen draaien mee, in een sierlijke boog hoog boven haar hoofd. Haar moeder was een bekende flamencodanseres. Er was geen vader.

Wel waren er altijd bewonderaars. En als ze haar moeder niet konden krijgen, zaten ze soms aan haar. Al vanaf haar 8e. Ze vond het vervelend en vies. Haar zwarte ogen priemden. Maar dat weerhield de mannen niet. Zij waren altijd sterker.

Uiteindelijk verzette ze zich niet meer. Ze ontdekte dat ze zich het beste slap kon houden, dan was het het snelst over. In gedachten reisde ze weg, weg van die plek, op zoek naar haar vader die vast een belangrijke Moorse prins van overzee was. Hij wist vast niets van haar bestaan, anders had hij haar allang opgehaald. Ze is eigenlijk een prinses, ze weet het zeker.

Als ze vijftien jaar oud is, lukt het haar om wellustige mannen te ontlopen. Ze heeft zich bekwaamd in de flamenco.

Haar innerlijke woede geeft haar passie. De stoom komt eraf. Ze draait, draait en draait, zet steeds haar hakken keihard neer. Het gebeurt wel eens dat een hak breekt. Dan stormt ze de volgende dag vol ingehouden woede naar de schoenmaker. 'De hak is weer gebroken!'

De schoenmaker grinnikt: 'Stamp dan ook niet zo hard.' 'Je kent mijn beroep. Je moet de hakken beter maken. Zo gaat het niet.'

Hij schudt meewarig zijn hoofd, maar pakt wel de schoen aan en repareert deze zonder repliek. Hij is een van de weinige mannen in haar leven die zich als een goede vader gedraagt."

Flirten met noodlottige afloop

“Waren het in het begin wilde, onbeheerste bewegingen, later leert ze om haar emoties te kanaliseren. Ze beheerst de gevoelens die elke dans nodig heeft. Passie, *duende* (zoete pijn, heimwee), trots. En dan wordt ze een echt goede flamencodanseres.

Ze staat vaak op het danspodium. Daar is ze de prinses van de dansvloer. De prinses, die ze als kind al dacht dat ze was.

Goede relaties ontwikkelt ze niet. Er zijn mensen zoals de oude schoenmaker, die haar nukken accepteren. Ze kan namelijk enorm charmant zijn, als ze een goed humeur heeft. Er zijn meisjes die jaloers zijn op haar danskwaliteiten. Die loopt ze nuffig voorbij. Ze wéét dat ze beter danst dan zij. En ze houdt van de aandacht van mannen. Ze flirt zonder de bedoeling er iets mee te doen. Ze wil bewonderd worden. Zij op nummer één, de prinses! De plaats die haar toekomt, vindt ze.

Ze is net vijftientig als het mis gaat. Een man met loerende, kleine donkere ogen heeft haar opgewacht na een dansoptreden.

Zodra ze het merkt, zet ze het op een rennen. Hij zit haar achterna. Wild schieten haar ogen heen en weer. Waar kan ze heen? Ze rent een steegje in en merkt te laat dat het doodloopt. Hij grijpt haar. Ze worstelt, maar hij is veel sterker.

Hij duwt haar tegen de grond. Met één hand houdt hij haar beide handen boven haar hoofd vast. Zijn andere

hand trekt haar jurk omhoog, scheurt deze. Ze probeert hem te schoppen, maar als hij boven op haar gaat liggen, kan ze niets meer doen.

Ze kent de truc nog van vroeger: als ze vanuit haar hoofd haar gedachten verplaatst, is ze er niet meer. Dan voelt ze niets.

Als hij klaar is, snijdt hij met een snelle beweging haar keel door. Zo zal ze nooit meer van een ander zijn. Ze is van hem.”

Engelenhulp

Om te voorkomen dat Lisa uit dat vorige leven als flamencodanseres onthoudt ‘dat ze van mannen is’, en omdat ze zo jong en abrupt overleed in een traumatische situatie, vraag ik haar of ze de ervaring op een andere manier, mooier, kan afronden.

Lisa mailt: “Ze zweeft en ziet een verwrongen lichaam liggen. Een stroom bloed uit de hals. De jurk nog omhooggetrokken. Snel kijkt ze weg van de intieme delen. Die vrouw leeft niet meer. Ze wil ernaartoe, het lichaam bedekken met de jurk. Dan ziet ze dat het haar eigen lichaam is. Ze schrikt. Tranen in haar ogen. Ze wil leven en dansen. Ze is mooi en jong, het leven ligt nog vóór haar. Snel wil ze de jurk naar beneden trekken, maar haar handen gaan er dwars doorheen. Weer schrikt ze. Zo vreemd, ze is er nog, maar heeft geen kracht meer.

Dan gaat ze zitten. Zo zien voorbijgangers in elk geval haar intieme delen niet. Ze kijkt naar zichzelf, het levende deel. Dat ziet er eigenlijk precies zo uit als ze was, maar doorzichtig, mistig. Ze voelt aan haar hals, die is heel. Maar de hals van het lichaam dat voor haar ligt, is niet meer heel.

Plotseling is ze woedend op de man die dit deed. Zodra die gedachte bij haar opkomt, is ze bij de man. Hij zit op een hoge kruk in een ongere bar. Woedend geeft ze hem een duw. Maar ook nu gaat haar hand dwars door zijn lichaam heen. Hij merkt het niet eens.

Ze wordt hier nog bozer van. Ze wil hem van de kruk trekken, hem slaan, stompen en schoppen.

Hij drinkt in één teug zijn glas leeg en staat op. Hij wankelt, heeft te snel te veel gedronken.

Ze schopt keihard tegen zijn knieën, daarna in zijn kruis. Weer merkt hij niets.

Boos stampet ze in het rond, haar armen wanhopig in de lucht. Wat moet ze nu?

Van woede, wanhoop en onmacht moet ze huilen. Direct is ze weer uit de bar en aan het begin van de steeg waar haar lichaam ligt.

Ineens staat er een moderne lantaarnpaal die fel licht geeft. Ze knippert met haar ogen en kijkt ernaar. Het is geen lantaarnpaal, maar een engel met grote witte vleugels. Haar mond valt open van verbazing. Aarzelend zet ze een stap in de richting van de engel. Hij kijkt haar vol compassie aan en strekt zijn hand naar haar uit.

Vertrouwt ze mannen nog? Deze wel. Deze engel lijkt op de aardige schoenmaker. Ze ziet hem niet praten, maar toch hoort ze de engel zeggen: 'Als je hier klaar bent, mag je mee naar huis.'

Even is ze verward. Naar huis?

Maar dan begint het haar te dagen. Ze is meer dan deze vurige flamencodanseres. Er valt een last van haar af en ze voelt zich zachter worden.

Plots is ze weg van de aarde. Met de engel staat ze op een zachte wolk van lichtroze energie. Ze laat zich erop neer vallen, wat een heerlijke ontspanning. Alle zorgen glijden van haar af en ze voelt zich vervuld van nieuwe energie. Ze weet nu opeens dat dit leven slechts een ervaring was tussen vele andere ervaringen.

Vol levenslust gaat ze op pad naar haar gids. Ze wil met hem naar de levensbibliotheek, alles op een rijtje zetten. Ze sprankelt weer en terwijl ze zich voortbeweegt, laat ze een spoor van roze glittertjes achter."

#MeToo – schrijftips

Niet ieder #MeToo-slachtoffer snelt naar een therapeut voor hulp. Toch is het zinvol wel wat met je ervaringen te doen, zeker als je in het verleden grensoverschrijdend gedrag hebt meegemaakt waartegen je niet weerbaar (genoeg) gewas.

Schrijf zo'n ervaring op. Gaat het om meerdere gebeurtenissen die je je niet meer precies herinnert, beschrijf dan vooral de eerste, de ergste en de laatste keer. Noteer wat de ander deed of zei.

Beschrijf je emoties, wat er met jou gebeurde, hoe jij je voelde.

Hoe bang je was, hoe machteloos, teleurgesteld in de ander, verdrietig, beschaamd of boos je je voelde.

Welk gevoel bleef het langst hangen? Van wat uit de ervaring heb je het meest last gehad? Hoe reageerde je lichaam daarop?

Word je bewust van het feit dat jouw (seksuele) (lichaams)grenzen in acht genomen dien(d)en te worden.

Lees dat wat je opschreef of in een computerdocument zette, hardop voor. De energie van de oude gebeurtenis zet je op die manier via woorden uit je energiesysteem. Het heet niet voor niets 'uiten'.

Ingehouden, opgekropte, te lang bewaarde emoties zijn niet goed voor je gezondheid. Zet eventueel een lege stoel voor je neer. Doe alsof de dader van het nare voorval daarop zit. Lees aan hem hardop voor, wat je geschreven hebt. Spreek hem toe, durf boos te worden. Geef aan wat je grenzen waren en zijn!

Toen ik Lisa weer sprak tijdens het maken van dit artikel voor spiritueel magazine ParaVisie, zei ze: “Ik heb veel aan je tips gehad. Geef maar door aan iedereen dat ze hun eigen #MeToo-ervaringen op moeten schrijven, hoe klein en ogenschijnlijk onbenullig ze ook lijken. Het is belangrijk om boos te kunnen worden en je onschuld terug te krijgen.”



De vliegenmepper die Finn cadeau gaf – foto 2020

11.

INSECTENFOBIE

Stoere Finn heeft een insectenfobie. Zijn ervaringen uit zijn verleden met dit probleem verbonden?

Belangrijker, bieden inzichten uit een voorbij leven en zijn jeugd de oplossing niet langer bang te zijn om insecten met een vliegenmepper te doden?

Finn (35) is een stoere man, werkzaam in de beveiligingssector. Een stevig uitziende kerel, lang en breedgeschouderd. Een betrouwbare man, die op anderen overkomt als beresterk.

Toch werkt hij niet als uitsmijter in de horeca, maar als data-medewerker bij een nationaal securitybedrijf. Van

vechtsport of lichamelijke verdediging moet hij weinig hebben.

Finn: “Ik zou nooit iemands bodyguard kunnen zijn. Geef mij maar een veilige, administratieve functie.” Hij lacht er aanstekelijk bij.

Finn is geen softie, maar wel zacht van karakter. In zijn vrije tijd is hij vrijwilliger bij het dierenasiel, afdeling katten. Je zou hem wat uiterlijk betreft eerder verwachten als Pitbulleigenaar of caféportier die ongewenste gasten tijdig tegenhoudt.

Pantser

Finns probleem: “Ik durf geen spinnen dood te maken. Thuis hanteert mijn vriendin de vliegenmepper. Zij slaat alle spinnen, vliegen en muggen plat.”

Hij lacht zijn tanden bloot en vervolgt: “Dat is dus prima geregeld, maar op mijn werk zijn er ook wel eens insecten. Wespen die in de middagpauze in de kantine vliegen. Dan verwachten mijn vrouwelijke collega’s dat ik de held uithang, want ik ben daar een van de weinige mannen. Insecten doden durf ik niet. Ik ben in staat net zo hard te gillen als die vrouwen bij het zien van een wesp.

Hoe kom ik daarvan af? Met behulp van regressie-therapie? Ik kan me niet herinneren dat ik als kind gestoken ben door een eng insect.”

Vliegen en muggen pletten geeft volgens Finn 'enge bloedvlekken op de muur'. Het geluid van krakende insecten vindt hij nóg erger.

"Vreselijk! Kevers hebben zo'n keihard pantser, dat kraakt verschrikkelijk als je ze een dodelijke klap geeft."

Hij houdt er niet van om de controle te verliezen. In trance gaan of visualiseren vindt Finn niets. Daarom mag hij rechtop in de stoel blijven zitten en zijn ogen openhouden. Hij hoeft zich slechts te concentreren op wat hij daarnet heeft gezegd.

Ik laat hem enkele van zijn eigen uitspraken hardop herhalen. Bloed op de muur. Krakende pantsers. Dodelijke klappen. Vraag hem wat hij daarbij voelt.

"Ik word misselijk van angst."

Finn legt zijn handen beschermend op zijn buik. "Mijn buik doet pijn."

"Alsof wat gebeurt?" vraag ik.

"Alsof ik in mekaar word gebeukt door potige kerels."

"Hoe staat het met jouw pantser?"

"Ze breken mijn ribben!"

Ik instrueer Finn 'net zoveel van de pijn te voelen als hij aankan, opdat hij begrijpt wat gaande is'.

Zijn focus verandert van lichte naar diepe trance en zijn geopende ogen staren glazig in de verte. Armen en benen maken afwerende bewegingen.

"Met wie ben je in gevecht?" vraag ik.

"Wachters. Ik heb mijn baas gedood en nou komen ze mij achter na."

Finn zit midden in een herinnering aan een vorig leven.

Lijfwacht

“Ga eens terug naar het begin van die situatie, waar je over praat. Naar een moment dat alles nog goed is. Waar ben je dan? Wat zie of hoor je? Wat ben je aan het doen?”

Finn vertelt dat hij ‘ergens in de Romeinse tijd’ als man gevangen is genomen na een verloren strijd om een of ander gebied. Als krijgsgevangene is hij verkocht aan een landgoedeigenaar, die net buiten een grote stad woont. Rome?

Samen met drie andere wachters, die net zo goed kunnen vechten als hij, krijgt hij de taak om zijn nieuwe baas te beschermen.

Strijdgewoel waar hij zich eerder in bevond is voorbij, voedsel is ruim beschikbaar. Finn meldt: “Eindelijk kan ik doorslapen. Ik was kneiter moe van dat vechten.”

Als wachter ‘promoveert’ hij na verloop van tijd tot speciale 24-uurs wachter en is hij bevorderd tot een van de vier persoonlijke beveiligers van de landeigenaar.

“Ik moet een eed afleggen en trouw zweren. Mijn eigen familie woont ver weg. Ik heb het hier nu goed, ik blijf. Mijn baas is goed voor me.”

Maar de wachter moet bij belangrijke diners van zijn meester steeds vaker zijn vechtkunsten tonen door tegen anderen te knokken.

“Met mijn vuisten kan ik me uitstekend verdedigen. Ik mep er flink op los. Omdat ik zo goed ben, meldt mijn

baas me aan voor gevechten in het amfitheater. Tegen zwaar getrainde gladiatoren.”

Finn legt uit dat dit niet bevalt. Tegenstanders zijn sterker én extra bewapend. “Ik heb slechts arm- en beenbescherming van leer, een klein steekzwaard, meer niet. Ieder gevecht is er één op leven en dood.”

De wachter ontdekt gaandeweg hoe weinig zijn leven er toe doet. Dit maakt hem kwaad. Aangezien hij trouw beloofde aan zijn meester doet hij nog steeds, met tegenzin, wat hem opgedragen wordt.

“Ik vraag hem wel om betere bepantsering. Een helm, een klein rond schild. IJzeren borst- en rug-bedekking. Ik haat het, te moeten vechten als een gladiator.”

Strontvlieg

In de arena van het amfitheater vecht hij met een kortzwaard en beukt desnoods met blote handen op tegenstanders in. Oefenen, vechten, strijden. Verliezen, winnen, weer verliezen. Opkrabbelen, overeind blijven. Om zich heen meppend om in leven te blijven. Tot de tot gladiator opgeklommen lijfwacht er schoon genoeg van heeft.

Na het zoveelste gevecht, georganiseerd door zijn baas, een gevecht dat hij ternauwernood wint, raakt hij ernstig geblesseerd aan arm en schouder. Hij wil niet meer.

“Ik moet opnieuw de arena in. Kan het niet meer opbrengen. Ik wil mijn meester spreken, maar hij heeft amper tijd en zegt dat ik een lastige strontvlieg ben. Van hem moet en zal ik doorvechten.

Ik krijg een waas voor mijn ogen en grijp hem woedend naar de keel. Ik wurg hem ter plekke.”

Finn blijft lang stil. Hij hervat zijn monoloog met: “Ik was sterk genoeg om zijn keel dicht te drukken met mijn blote handen. Opeens kwamen zijn wachters, mijn vroegere vrienden, op me af. Om mij te doden!”

Het laatste geluid dat hij hoort, is het kraken van bot. Het duurt enige minuten voordat Finn verder vertelt.

De privé-beveiligers komen aansnellen om hun baas te redden. Te laat. Ze begrijpen goed, dat door overlijden van hun meester, hun functie overbodig kan worden.

Uit frustratie - waarschijnlijk eveneens uit jaloezie, want hun ex-kameraad was intussen hoger in rang dan zijn - beuken ze hun voormalige collega in elkaar, tot de dood erop volgt.

Finn zucht en zegt: “Dat kraken van mijn botten lijkt verdacht veel op wat je hoort als je een kever of kakkerlak doodslaat met een mepper. Dáár komt mijn angst voor dat geluid vandaan. Bloedvlekken tegen de muur na het platslaan van een spin, herinneren me aan alle keren dat ik tegenstanders tot bloedens toe verwondde. Dat wilde ik niet meer!”

Speciale mepper

Nu inzichtelijk is gemaakt waar Finns weezin om te vechten, doden, bloed zien en gekraak aanhoren van geplette insectenpantersers zijn oorsprong vindt, rond ik de sessie af.

Met hem bespreek ik hoe hij eventueel toekomstige, lastige, kruipende insecten binnen, veilig kan vangen. Direct doden is niet nodig. Leeg glas over een insect heen zetten, kartonnetje eronder en naar buiten brengen. Of een raam openen en een vliegend insect de goede kant uit dirigeren, richting vrijheid, ondertussen met een doek wapperend. Een insect van je afslaan, wil niet meteen zeggen dóódsiaan.

Toch blijf ik het plaatje van een vliegenmepper voor me zien. Apart. Oorzaak van het probleem gevonden in een vorig leven, geloofsovertuigingen bijgesteld, *future pace* gedaan.

“Finn, in mijn hoofd blijf ik het beeld zien van een vliegenmepper. Kun jij misschien vertellen waar dat mee te maken heeft?”

Stoere Finn krimpt ineen en stamelt: “Mijn moeder sloeg me vroeger. Met de mepper. Eigenlijk met alles wat ze in haar buurt had wanneer ze me wilde slaan. Ik was dat compleet vergeten.”

Het erop volgende consult werken we aan weggestopte, traumatische ervaringen uit Finns jeugd. Regressie-therapie, werken in het huidige leven, in plaats van reïncarnatietherapie, werken met vorige levens.

Finns moeder had hem pijnlijk vaak uitgemaakt voor 'lastig insect'. Op momenten dat ze haar leven niet aankon, gilte ze hysterisch tegen haar zoontje 'Ik wou dat je nooit geboren was!' en zette die uitspraak kracht bij door snoeihard te slaan. Met de vlakke hand, de vliegenmepper of een leren riem van zijn vader. Tot bloedens toe.

Finn verwerkte dankzij reïncarnatietherapie oude pijn en leerde dat hij waardevol is als mens, net zoals insecten hun nut hebben in de natuur. Zijn 'insectenfobie' verdween.

Bij het laatste consult gaf hij me breed grijnzend een cadeautje, dat ik tot op de dag van vandaag een paar keer per jaar in de zomer gebruik.

Zodra vervelende wespen of hoornaars ondanks mijn positief aangewende gedachtenkracht ('Dáár kun je naar buiten!') weigeren weg te vliegen, dreig ik ermee. Of sla ze alsnog plat. Met een plastic vliegenmepper waarop de afbeelding is aangebracht van het verkeersbord: doodlopende weg.

Finn vond dit een hilarisch cadeau voor iemand zoals ik die met 'de dood' werkt. Ik geef hem groot gelijk 😊.



WIE MAAKTE DIT E-BOOK ?

[Marianne Notschaele-den Boer](#) (1960) is sinds 1993 werkzaam als regressie- en reïncarnatietherapeute en auteur van boeken en artikelen over vorige levens, reïncarnatie(therapie) en paranormale ervaringen.

[Blog Vorige Levens](#)

www.vorigelevens.nl

e-mailadres <rhapublishing@gmail.com>

BOEKEN VAN MARIANNE NOTSCHAELE

Klik op de afbeeldingen van de boekcovers voor meer informatie



112 Engel! Wonderlijke hulp uit onverwachte hoek (2020)
Gratis e-book



Bevrijd... eindelijk (2019)
Gratis e-book



YOLO? Reïncarnatie! Reïncarnatietherapie en vorige levens (2018)
Gratis e-book



***Ik loop je astraal voorbij!* (2017)**

Paranormale verhalen over leven en dood, reïncarnatie en vorige levens
Gratis e-book



***Liefs uit... oud-Egypte* (2016)**

Reïncarnatieverhalen die betrekking hebben op het oude Egypte en Soemerië, vorig levens, tips & tricks
Gratis e-book



***Ben jij een koekje van eigen deeg?* (2014)**

Verhalen over vorige levens in verschillende landen, met bijpassende koekjesrecepten
Gratis e-book



Past Lives (2014)

Engelstalig. Verschillende reïncarnatieverhalen over vorige levens
Gratis e-book



Reïncarnatieverhalen, Lang zullen we leven! (2013)

Ankertje, uitgave van AnkhHermes. Cliëntverhalen reïncarnatietherapie
Papieren boek + digitaal verkrijgbaar oa. bij bol.com



Een kat heeft negen levens, een mens... (2013)

Verhalen van diverse auteurs over reïncarnatie en vorige levens naar
aanleiding van een verhaalwedstrijd
Gratis e-book



***Vintage Life* (2012)**

Verhalen over vorige levens in relatie tot mode, vintage, retro, schoenen, accessoires, kledingkeuze

Gratis e-book



***Lichte zeden onder de zoden* (2011)**

Cliëntverhalen reïncarnatietherapie over relaties, liefde, erotiek, misbruik, zwangerschap, elkaar kennen uit vorige levens

Papieren boek, verkrijgbaar bij o.a. bol.com



***Hé, waar ken ik je van?* (2010)**

Cliëntverhalen reïncarnatietherapie over relaties, elkaar (her)kennen uit vorige levens

Papieren boek, verkrijgbaar bij o.a. bol.com. Bijna uitverkocht. Kijk voor tweedehands exemplaren op internet.



Ik was eens... (2009)

Verhalen van cliënten uit de praktijk reïncarnatietherapie
Papieren boek, verkrijgbaar bij o.a. bol.com



Diehards in de war (2009)

Verhalen over vorige levens in oorlogstijd, van cliënten uit de praktijk reïncarnatietherapie
Papieren boek, verkrijgbaar bij o.a. bol.com



Waarom Esther geen Robinson werd (2006)

Verhalen uit de praktijk regressie- en reïncarnatietherapie. Procestherapie en vorige levens
Papieren boek, uitverkocht, 2^e hands online verkrijgbaar



***Koen de Wolkenvlieger* (2002)**

Prentenboekje voor jonge kinderen. Over bedplassen en nachtelijke vliegdromen. Tekst en idee Marianne Notschaele, tekeningen Hilbert Bolland
Papieren boek. Uitverkocht.
Beschikbaar als gratis e-book



***Boodschappenmeisje, een paranormaal avontuur – bijzondere inzichten en levenslessen uit verleden, heden en toekomst* (2001)**

Roman voor volwassenen over toekomstvisioenen, het einde der tijden, vorige levens en paranormale ervaringen
Papieren boek, bijna uitverkocht. Kijk eventueel online voor tweedehands exemplaren.

BOEKEN IN SAMENWERKING MET ANDERE AUTEURS



Er is leven na de dood... zeker weten! (2019) 2^e versie

Zeker weten... er is leven na de dood! (2018) 1^e versie - uitverkocht

Auteurs Titus Rivas en Han Kuik

In dit boek vind je een interview met Marianne Notschaele over haar werk als reïncarnatietherapeute. Hoofdstuk 1: Herinneringen aan een tijd voor dit leven



Van ziek zijn word je beter, luisteren naar een verborgen boodschap (2018)

Auteur Ellen Scheffer

In dit boek staat een interview dat de auteur had met Marianne Notschaele over reïncarnatietherapie en werken met vorige levens (blz. 112—122)



Vrijheid om te worden wie je bent, inspirerende verhalen over leven in vrijheid (2017)

Auteur Esther Jacobs

Met een hoofdstuk, geschreven door Marianne Notschaele, over reïncarnatie, vorige levens en de Tweede Wereldoorlog, met cliëntcase (blz. 35-46)



Mensen en machten, een journalistieke kijk op reïncarnatie, séances en geestverschijningen (2011)

Auteur Frank van der Meijden

Hoofdstuk, met daarin een gedeelte uit een interview dat de auteur had met Marianne Notschaele over vorige levens (blz. 136 – 143).



ParaVisie Magazine

Voor het spirituele maandblad *ParaVisie* schrijft Marianne Notschaele sinds 2016 iedere maand een nieuw verhaal over paranormale ervaringen, vorige levens en/of reïncarnatietherapie.

© RHA Publishing/april2020