



*‘Ik herinner me dat
ik in een ledikantje
lig en vastzit onder
de deken. Heel
benauwd...’*

Verzonnen? Zielsgeheugen? Lijntje naar vorige levens?

Vroege herinneringen

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat ‘vroege jeugdherinneringen’ bijna allemaal stammen uit de leeftijdsperiode tussen de drie en vier jaar. Er zijn nauwelijks volwassenen die zich spontaan situaties herinneren uit hun éérste levensjaar of van net na de geboorte. Volgens psychologen zijn zulke herinneringen praktisch onmogelijk. Is dat zo? Reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele deed een oproep op *social media* en vroeg: ‘Wat is jouw vroegste jeugdherinnering?’

Tekst: Marianne Notschaele-den Boer

Als jij terugdenkt aan je allervroegste kinderjaren, welke herinneringen komen er dan meteen bovendrijven? Hoe jouw pop eruitzag of hoe zacht jouw knuffelbeer aanvoelde? Dat je je verjaardag vierde als peuter en blij een speelgoedautootje in ontvangst nam? Dat je het als baby benauwd kreeg in de wieg onder een te warm donsdekentje? Misschien herinner je je dat je in de box lag en speelde met iets dat een tingelend geluid maakte en dat boven je hoofd hing? Of vond je het vreemd ruiken in het ziekenhuis, meteen na je geboorte? Grote kans dat psychologen, als ze dit lezen, nu meewarig hun hoofd schudden. Vroege herinneringen aan baby- of baarmoedertijd zijn volgens hen praktisch onmogelijk, ook al lijken die herinneringen levensecht.



Eén van mijn vroegste herinneringen is deze. Ik zit in een hoge kinderstoel in de woonkamer en ben ongeveer anderhalf jaar oud. Ik voel hoe een slabbetje om mijn nek geknoopt zit. Af en toe voert mijn moeder me een drabbig papje vanaf een lepel. Ze zegt: “Hapje voor papa, hapje voor mama.” Ineens voel ik hoe de kinderstoel waarin ik zit, opgepakt wordt. Een kort moment zweef ik door de lucht. In plaats van ‘aan de eettafel’ zet mijn vader me in de kinderstoel ‘voor het raam’. Gelig licht, afkomstig van een hanglamp boven de tafel, wijzigt voor mijn kinderogen in een groot donker vlak, het woonkamerraam. Buiten is het donker. Eind van de middag, begin van de avond? Ik hoor mijn vader zeggen: “Kijk, dat is nou sneeuw! Allemaal vlokjes.” Ik vraag me af wat dat donkere vlak, een raam, precies is. Vervolgens zie ik kleine witte dingetjes langzaam naar beneden vallen. Ik probeer één vlokje te volgen, maar er dwarrelen zoveel sneeuwvlokjes naar beneden, dat ik er duizelig van word.

>

'Ik was net geboren en voelde me verdrietig, omdat ik niet duidelijk kon maken dat ik alles begreep'

De illusie van het geheugen

Psychologe Julia Shaw vertelt in haar boek *De illusie van het geheugen*, dat een herinnering zoals die van mij onmogelijk is. Volgens haar 'kun je je niet stellig herinneren wat voor een mobile er boven je wiegje hing, hoe de verloskamer er net na je geboorte uitzag, of hoe de warmte aanvoelde in de baarmoeder.' Hersenen van baby's zijn fysiek nog niet in staat om herinneringen aan te maken en die langdurig op te slaan. Volgens Shaw ontbreekt het zuigelingen en jonge kinderen aan begrip en onderscheidingsvermogen. In haar boek schrijft ze dat jonge kinderen wel herinneringen kunnen aanmaken, maar dat ze die niet kunnen vasthouden totdat ze volwassen zijn. Toch zijn er wel degelijk volwassenen die zich situaties of gevoelens blijven herinneren uit de vroege kindertijd, zelfs uit de periode van net na hun geboorte. Ze zijn op latere leeftijd prima in staat te beschrijven wat ze in die specifieke situaties zagen, hoorden, voelden, roken of proefden. Julia Shaw, en velen met haar, menen dat dit te danken is aan 'bronnen buiten onszelf waaraan we die informatie ontleen, zoals oude foto's of verhalen van onze ouders.' Ons menselijk brein is in staat allerhande informatie-stukjes aan elkaar te plakken tot een voor ons sluitend geheel, zodat ze gaan aanvoelen als echte herinneringen.

Mijn ouders hebben het nooit gehad over een 'sneeuwmoment in de kinderstoel', toen ik opgroeide. In het album met foto's uit mijn jeugd zit geen enkele foto geplakt die hiermee verband houdt. Toch onthield ik die vallende sneeuwvlokjes die ik vanuit de kinderstoel zag, omdat dat moment grote indruk op me maakte. Eenmaal volwassen sprak ik een keer met mijn ouders over deze vroege herinnering. Mijn vader zei: "Ik weet daar niets meer van", mijn moeder vulde aan: "Ik ook niet, maar het is wel typisch je vader om je op zo'n manier met sneeuw te laten kennismaken." Die allervroegste herinnering, het moment waarop ik de vallende sneeuwvlokjes voor het eerst zag, wat ik toen hoorde en voelde, bleef door de jaren heen exact hetzelfde. Ik kon die herinnering noch veranderen noch uitbreiden. Is dat een kenmerk van een echte herinnering?

Baby met zielsgeheugen

Natuurlijk weet ik heel goed dat onze hersenen in staat zijn

losse opgeslagen stukjes informatie aaneen te breien tot een logisch geheel, onder het mom van een echte herinnering. Ons brein kan gekke trucjes met ons uithalen. Maar om direct alle vroege jeugdherinneringen in een psychologisch wetenschappelijk verantwoord hokje te persen, is ook zo wat. Naar mijn idee is een baby die aan een nieuw leven begint, geen onbeschreven blad. De ziel die plaatsneemt in een nieuw lichaam draagt energetisch gezien een schat aan ervaringen met zich mee. En daar zitten ook herinneringen aan situaties uit eerdere incarnaties tussen. Voor de ene ziel gaat het om vage herinneringen uit een ver verleden, voor de andere ziel staat de deur naar een recent vorig bestaan meer open. Dit hangt af van zielsbewustzijn en/of in hoeverre vorige levens wel of niet emotioneel zijn afgerond. Allerlei ervaringen uit voorgaande incarnaties kunnen de huidige zielswaarneming van een pasgeboren baby beïnvloeden. Vergelijk het met dit: je hebt net een nieuwe auto gekocht en opeens kom je dat merk of die kleur auto vaker tegen dan gewoonlijk. Bij jou in de straat, op de snelweg, in reclamefilmpjes, op afbeeldingen in tijdschriften. Je reactie op auto's wordt beïnvloed door de zojuist gedane aankoop. Het is niet zo, dat er ineens allemaal auto's van hetzelfde type en in dezelfde kleur in jouw omgeving rijden. Die auto's vallen wél meer op, omdat je recent met de aankoop van een voertuig bezig bent geweest.

Restje vorig leven

Heb je als zielsenergie net een vorig bestaan gehad waar je bijvoorbeeld een menselijk lichaam verliet dat stierf tijdens een ijzige sneeuwstorm? Grote kans dat je in de daaropvolgende incarnatie op een nieuwe sneeuwsituatie emotioneel reageert. Het begrip sneeuw is dan in het zielsgeheugen opgeslagen als doodsoorzaak. De onthouden gedachte 'sneeuw heeft te maken met sterven', kan ervoor zorgen dat de gereïncarneerde ziel in het nieuwe babylijfje onbewust een linkje legt met de ervaring uit een vorig leven. Een oude zielsherinnering wordt nieuw leven ingeblazen. Omdat emotionele gebeurtenissen die gevoeld zijn door trauma's uit een eerder bestaan lang blijven hangen in het zielsgeheugen, informeer ik als therapeut bij cliënten altijd naar hun vroegste jeugdherinnering. Beschrijvingen van zulke herinneringen gebruik ik vaak als vertrekpunt om bij emotionele bronvervalingen in vorige levens te komen. Met dit hinkstap-sprongetje zijn trauma's uit het verleden sneller op te sporen om hedendaagse problemen op te lossen.

Zo ontdekte ik tijdens een regressiesessie dat mijn kinderstoelherinnering op jonge leeftijd (duizelig worden van sneeuwvlokjes) terug te voeren was op een sterfervaring in een eerder leven, in een ijskoud gebied. Als man, een eskimo/inuït, op zoek naar voedsel voor zijn hongerige kinderen, werd 'ik' aangevallen door een beer die mijn arm openreet. De inuït bloedde dood in een hevige sneeuwstorm. Grappig detail: mijn ouders van nu ken ik uit dat leven. Mijn vader was toen mijn vrouw, mijn moeder één van mijn kinderen*. Aan tafel zitten in de kinderstoel - een hernieuwd voedselmoment met personen die me bekend voorkwamen - was dus een prachtige trigger, al begreep ik dat toen nog niet. Wel sloeg ik dit voor mij emotioneel belangrijke moment in mijn jonge kinderbrein op. Een 'vroege herinnering', die ik pas als volwassene echt begreep.

De trap afzweven

Naar aanleiding van mijn oproep op *social media* - 'Wat is jouw vroegste jeugdherinnering?' - ontving ik ruim zestig reacties. Nog dank daarvoor! Bijna alle gemelde herinneringen zijn - een hoeraatje voor de wetenschap - inderdaad onder te brengen in de leeftijdscategorie twee tot vier jaar. Slechts enkele inzenders berichtten over herinneringen aan hun eerste levensjaar of aan de periode vlak na de geboorte. Hieronder vind je een greep uit die laatste categorie, herinneringen rondom het eerste levensjaar, die duiden op een groter zielsbewustzijn en een besef 'dat er meer is'.



'Ik had het gevoel dat ze mijn broertje wegnamen. Hij was overleden, maar ik wist niet wat dat betekende'

- "Ik lig in de wieg en mijn zussen komen 'stiekem' stilletjes bij mij kijken. De wieg was wit, inclusief mijn deken, en ik weet nog in welke kamer ik lag. Ik was een baby, maar hoe oud precies? Geen idee."

- "In een kamertje in een witte houten wieg liggen, met roze doeken, zo rond zes maanden."

- "Toen ik één was, gingen we naar de bureu. Daar zag ik een kindje met dezelfde knuffel als die van mij, maar net ietsje anders! Niet veel later zijn we verhuisd, vandaar dat ik mijn leeftijd weet."

- "Ik herinner me dat ik in een ledikantje lig en vastzit onder de deken. Heel benauwd, ik kan moeilijk loskomen. Lastig om de leeftijd in te schatten, maar ik denk behoorlijk klein. Ben dit nooit vergeten. En nog een heel vroege herinnering is dat ik 's nachts naar beneden zweefde over de trap. Dat was een heel fijn gevoel. Voelde alsof ik geen lichaam had."

- "Ik lig in een kinderwagen, die in de woonkamer staat tegenover een roodachtige deur. Ik hoor mijn moeder praten in de keuken. Ik ben daar wakker van geworden. Mijn oom komt langs. Hoor hem zeggen: 'En, hoe is het met de kleine?' Ze komen de kamer in. Ik zie de dingen vaag, maar zie wel de grote parelmoeren oorclips die mijn moeder draagt. Oom kriebelt onder mijn kin en zegt zoiets als: 'Kan je nog lachen?' Ik voel me chagrijnig, want ik was net wakker. Het frappante vind ik dat ik dacht: 'Laat ik hem maar zijn zin geven, dan ben ik er vanaf.' Ik heb keurig een big smile gegeven. Ik heb dit ooit aan mijn moeder voorgelegd. Zij kon zich dit uiteraard niet meer herinneren. Wat mij verbaast, is dat ik, zo klein als ik was, in gewone volzinnen dacht. Ik ben geboren in januari, ik denk dat ik hooguit acht maanden was."

Onthouden voor later

- "Ik was net geboren en lag in de wieg. Ik voelde me intens verdrietig, omdat ik niet duidelijk kon maken dat ik alles begreep. Voor mijn gevoel heb ik dagenlang gehuild."

- "Mijn allervroegste herinnering is van toen ik ongeveer één jaar was. M'n broertje en ik mochten in bad in een teil en dat vond ik heel leuk!"

- "Ik had een beeld dat ik zat te spelen in een soort zandbak. Maar die leek zich in de verder compleet lege winkel bij ons thuis te bevinden. Het was vrij donker; het rook naar soep, koffie en shag en er stond een radio aan die steeds kraakte. Bleek dat toen

ik net een jaar was, de winkel is verbouwd. Leidingen gelegd en nieuwe tegelvloer erin. Dus een zandbak voor mij, terwijl de bouwvakkers blijkbaar pauze hadden. Ik was helemaal blij. Ik heb jarenlang gedacht dat het een droom was, omdat het zó niet klopte (zandbak, winkel, leeg). Toen ik het er een keer over had met mijn vader, ging hem een lichtje branden: de verbouwing! Het beeld klopte dus wel."

- "Ik was ongeveer zes maanden oud en ik lag in een ledikantje. Mijn moeder was verdrietig, ze vertelde een verhaal aan me en zei tot slot: 'Maar je begrijpt mij toch niet.' Ik dacht: 'Ik begrijp alles van wat je zegt... dit moet ik onthouden voor later:'

Opvallend vind ik, dat van de hierboven genoemde inzenders - ik ken er een aantal persoonlijk - er veel hoogsensitief zijn. Zouden HSP'ers zich gemakkelijker zaken uit hun babytijd herinneren? Kun je wellicht zeggen dat hoe sensitiever iemand is, hoe gemakkelijker het voor hem of haar is een allervroegste herinnering in geuren en kleuren uit de (baby)doeken te doen? Van ervaringen met hooggevoelige cliënten in mijn praktijk weet ik dat ze sneller wegdromen, vlug in trance raken en makkelijker toegang hebben tot herinneringen aan vorige levens. Ze gaan ook dieper in herbeleving dan de gemiddelde cliënt tijdens sessies.

Bijna verdrinken

Omdat ons geheugen slechts een klein zetje nodig heeft om in beweging te komen, kan het lezen van andermans (soms universele) jeugdherinneringen jouw (ziels)geheugen activeren. Laat je eens verrassen door wat er spontaan bij jou opkomt aan herinneringen die ergens in je onderbewustzijn sluimeren. De volgende inzendingen passen netjes binnen het wetenschappelijke kader 'Herinneringen in de categorie twee tot vier jaar':

- "De dag voordat ik drie werd. Ik klom op een ladder die tegen een lantaarnpaal stond. Ik stond hoog en wilde kijken of ik met losse handen kon staan. Niet dus. Kan alles nog voor de geest halen van die dag. Ook dat we daarom niet naar de Efteling konden."

- "Ik weet nog hoe de houten spijlen aanvoelden van de box, waar ik mijn beentjes doorheen wurmde."

- "Ik heb me altijd de geboorte van mijn zusje herinnerd. Ik was toen tweeëneenhalf jaar oud."

- "Ik was twee. Zat op tafel. De dokter controleerde me nadat ik van een hoge ladder was gevallen."

- "Ik was drie of vier jaar toen ik bijna ben verdrongen in een grote waterplas in de natuur. Ik liep het water in, ging kopje onder. De zon scheen, die kleurde het water groen. Ik was totaal niet in paniek. Het volgende moment hing ik ondersteboven. Mijn vader zag mij ineens drijven met mijn hoofd naar beneden, mijn lange haar drijvend op het water. Hij rende naar mij toe en viste mij uit het water. Toen ik ondersteboven hing te schud-den, hoestte ik allemaal water uit mijn mond en zei: 'Ik zie niks meer, ik zie niks meer.' Alles werd zwart en heel langzaam kwam mijn zicht weer terug."

- "Twee jaar. Ik moest in een badje voor de tent, op de camping in Spanje. Heb alles bij elkaar gebruld."

- "Achter op de fiets bij mijn moeder in het zitje, bang om te vallen, want de stang zit naar achteren."

- "Rond twee jaar. Mijn ouders maken ruzie en mijn moeder gooit sleutels naar mijn vader. Dacht altijd dat ik dit zelf bedacht had, maar het was echt gebeurd."

- "Mijn eerste herinnering is van toen ik drie jaar was. Ik mocht een appel schillen voor mijn moeder die net bevallen was van mijn zus."

- "Ik heb een heel stel herinneringen vanaf anderhalf jaar tot bijna drie. Het eerste huis waar ik woonde. Buitenspelen met de poes. Achter het gordijn staan kijken naar vogeltjes in de tuin. In het donker in bed liggen en er niet uit durven, omdat ik denk dat er een krokodil onder het bed ligt. Ranja maken in de keuken, de fles is te zwaar voor mijn kleine handjes. De vis voeren en kijken hoe hij het voer opeet. Spelen met mijn broers en zus. De trap beklimmen en onder mijn handen voelen hoe zacht het zeil is. Het zijn vooral beelden, maar ik kan ook nog de deken voelen waarop ik in de tuin speelde en de trap en het granieten aanrecht. Dat het koud was op de slaapkamer en dat het lang duurde voor ik op de stoel was geklommen om het licht aan te doen."

Straf op de kleuterschool

- "Ik stond in een rood jurkje en gooide een kan met melk uit woede weg. De kan was eveneens rood. Ik was boos op mijn oma, waarom weet ik niet. Het rare ervan is: ik zie mezelf wazig, zoals ik dat nu zou zien van een afstand zonder mijn corrigerende bril op."

- "Ik zit op mijn hurken om de haren van het tapijt te kammen. Ik zal een jaar of drie geweest zijn."

- "Ik kon niet bij de kraan, het aanrecht was te hoog. Ik was ongeveer drie en een beetje."

- "Het knarsen van de wielen van mijn wandelagentje op het grindpad, het optillen van de voorwielen bij het stoepje bij de voordeur, zodat ik achterover kieper."

- "Misschien zijn mijn herinneringen ook ingekleurd doordat mijn moeder alles filmde en fotografeerde. Maar ik herinner me de grote roze emmer waarin waspoeder had gezeten en die gevuld was met zandbakzand. We mochten op het kleine plaatsje achter het huis in de zon met het warme zand en lege boterdoosjes spelen. Als ik die herinnering terughaal, voel ik me heerlijk ontspannen

en gelukkig. Ik zal tussen de twee en drie jaar zijn geweest."

- "Kleuterschool (vier jaar oud) bij juffrouw K., voor straf met de handen op het hoofd in de hoek staan."

- "Twee jaar. Spelen met mijn kleine broertje, mijn moeder gaf hem borstvoeding. Ik wilde ook moedermelk, maar daar was ik te groot voor, zei mijn moeder. Wat later kwamen vrouwen met zwarte kleren aan op bezoek. Ik had het gevoel dat ze mijn broertje wegnamen. Hij was overleden, maar ik wist toen niet wat dat betekende."

- "De kennismaking met mijn jongste zusje. Moeder lag in het ziekenhuis en mijn tweelingzusje en ik werden op het bed van moeder getild door vader. Naast het bed stond een ledikantje met een gordijn erboven. Daarin lag ons jongste zusje. Wij (mijn tweelingzus en ik) waren toen twee jaar en acht maanden oud."

Meer aan de hand?

Komt een 'echte vroege herinnering' bij je op, of een combinatieherinnering: deels verzonnen, deels een geziene foto, deels omdat je erover hebt horen vertellen door anderen? Interessanter vind ik de vraag *waarom* je je juist *dat* fragment of *die* specifieke situatie herinnert. En hoe je dat omschrijft, want taal 'verraadt' veel over wat je onbewust bedoelt. Ook kun je een 'vroege herinnering' gebruiken als hinkstapsprong naar een gebeurtenis in een vorig leven. Probeer het zelf eens, als je hoogsensitief bent. Gebruik jouw herinnering in een meditatie of visualisatie als vertrekpunt om te speuren naar wat er achter zit.

Had de baby die zijn beentjes door de spijlen van de box wurmde, een vorig leven in gevangenschap achter tralies? Kende het meisje dat zo boos was op haar oma en niet wist waarom, haar uit een eerder bestaan? Stond de gestrafte jongen in de kleuterklas met de armen omhoog in de hoek, al eerder in dezelfde positie in een ander leven? Ik zou willen, dat wetenschappers gaan onderzoeken dat vorige levens kunnen schuilgaan achter 'vroege jeugdherinneringen'. Gevalletje *out of the box* denken. •

*Dat reïncarnatieverhaal kun je lezen in het op www.vorigelevens.nl gratis te downloaden e-book 'Vintage Life', hoofdstuk 9.

© TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER, RHA PUBLISHING - www.vorigelevens.nl