



YOLO? Reïncarnatie!

Reïncarnatietherapie en vorige levens

Marianne Notschaele-den Boer

YOLO? Reïncarnatie!

Reïncarnatietherapie en vorige levens

Marianne Notschaele-den Boer

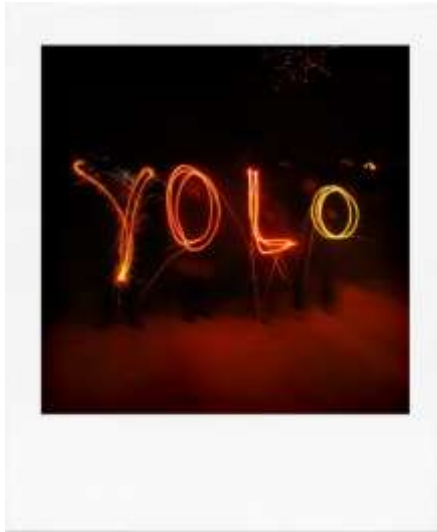


Uitgeverij RHA Publishing – Zundert

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, uitgezonderd korte fragmenten die uitsluitend voor recensies mogen worden geciteerd.

Dit e-book in pdf mag je wel 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 *YOLO? Reïncarnatie! Reïncarnatietherapie en vorige levens* berust bij Uitgeverij RHA Publishing.

© Tekst, Marianne Notschaele-den Boer, april 2018
© Gratis e-Book, Uitgeverij RHA Publishing te Zundert
© Bewerkte rechtenvrije foto's van Pixabay.com en foto's uit privébezit
© Coverafbeelding Marianne Notschaele-den Boer
ISBN 9789082091908
NUR 873



INLEIDING

YOLO?

Voor wie het begrip 'YOLO' niet kent... YOLO is een afkorting voor het Engelse *You Only Live Once*, je leeft maar één keer. Een kreet die door jongeren gebruikt wordt en vergelijkbaar is met de uitdrukking *carpe diem*, pluk de dag. In veel YouTube filmpjes brullen avontuurlijke jongeren *YOLO!* wanneer ze gevaarlijke stunts uithalen 'die je toch echt een keer gedaan moet hebben in je leven omdat je maar één keer leeft'. Grijp je kansen voordat het te laat is, ook als dat levensgevaarlijk is!

Reïncarnatietherapie!

Maar wat, als reïncarnatie bestaat? Wat, als je in dit e-book verhalen leest over mensen zoals jij en ik die vertellen over herinneringen aan vorige levens? Dat er meer is tussen hemel en aarde. Dat je na de dood gewoon weer opnieuw begint, dat reïncarnatie een reële mogelijkheid is. Meerdere levens, nieuwe rondes, nieuwe kansen. Ga je dan anders denken over het begrip *YOLO* of meer nadenken over je huidige bestaan?

Problemen oplossen dankzij vorige levens

Reïncarnatietherapie, een moderne vorm van psychotherapie - deels voortkomend uit regressietherapie -, wordt sinds de jaren '90 van de vorige eeuw gebruikt om trauma's uit het verleden te verwerken.

Dat verleden kun je ruim nemen. Gebeurtenissen die vorige week of een paar maanden geleden plaatsvonden, ervaringen uit je jeugd, tijdens de geboorte, in de baarmoeder, gedurende het conceptiemoment, het gebied tussen levens in, en in een ver verleden: in vorige levens.

In therapiesessies waarin emotionele trauma's uit het verleden worden verwerkt, is het zelden belangrijk uit te vissen welke namen cliënten hadden in vorige levens of waar en wanneer ze precies leefden en stierven, maar wel van belang om hardnekkig overleefd gebleven overtuigingen uit het verleden op hun huidige waarde te toetsen. Zeker wanneer oude gedachten, besluiten

of overtuigingen ongemerkt voor problemen blijven zorgen in het hier-en-nu.

Is dat wat je lang geleden in een vorig bestaan dacht, geloofde of besloot, nog steeds correct? Kun je eventueel verkeerde, toen juiste maar nu al lang niet meer kloppende gedachten bijstellen zodat je nieuwe, bevrijdende keuzes kunt maken? Opdat na emotionele verwerking van oud zeer en daarbij behorende verkregen nieuwe inzichten huidige problemen kunnen transformeren of oplossen.

Bijzondere verhalen van cliënten

In dit e-book komen uiteenlopende verhalen van cliënten uit mijn praktijk aan bod over het nut van reïncarnatietherapie:

- Inzichten uit vorige levens kunnen onverklaarbare hedendaagse migraineaanvallen doen verdwijnen.
- Gewichtsproblemen van mensen die nu letterlijk en figuurlijk uit balans zijn (te dik, te dun) kunnen op andere manieren aangepakt worden dan met een dieet. Symboliek en taalgebruik, hoe iemand zijn of haar probleem verwoordt, zijn daarbij interessante sleutels.
- Ogenscheinlijk onoplosbare en vreemde slaapstoornissen kunnen zich vreemd verhouden tot sterfsituaties in voorbije levens.

- Hoe je nú omgaat met kapsels en het haar op je hoofd, kan zijn oorsprong hebben in situaties uit vorige levens.
- Kun je anders leren kijken naar post-traumatische dystrofie? In het licht van vorige levens bijvoorbeeld.
- Automutilatie, een ander woord voor jezelf beschadigen, kan voortkomen uit traumatische ervaringen in de jeugd, maar ook samenhangen met bloederige gebeurtenissen uit voorbije levens. Hoe ga je daarmee om?
- Van zaken geheim houden, kun je ziek worden. Geheimen delen op papier of vertellen aan een vertrouwenspersoon, kan helend werken.
- Mocht van *YOLO* geen sprake zijn, heeft dat dan gevolgen voor denkwijzen over euthanasie?

Ik dank alle cliënten voor het willen delen (soms geanonimiseerd) van hun persoonlijke verhalen. Ook zij hopen, net als ik, dat lezers hier wat van opsteken. De meeste verhalen zijn eerder gepubliceerd in spirituele magazines als *ParaVisie* en *Spiegelbeeld*. Teksten zijn aangepast en gewijzigd om de leesbaarheid van dit e-book te vergroten. Laat je verrassen door de inhoud van de verhalen.

Wat mij betreft is *YOLO* een grappige term, maar ik weet zeker dat we meer dan één keer leven!

Marianne Notschaele-den Boer
 Regressie- en reïncarnatietherapeut/auteur



INHOUD

Inleiding	4
Inhoud	8
1 – Hoofdpijn en migraine	9
2 – Gewichtsproblemen	15
3 – Slaapstoornissen	26
4 – Haardracht en kapsels	35
5 – Reïncarnatie & euthanasie	47
6 – Automutilatie	60
7 – Posttraumatische dystrofie	65
8 – Geheimen	72
Wie maakte dit e-book?	77
Boeken van Marianne Notschaele	78



1. HOOFDPIJN EN MIGRAINE

Regelmatig kom ik aparte uitspraken tegen bij hoofdpijnpatiënten; taalgebruik dat je aan het denken zet. Kunnen inzichten uit vorige levens ernstige hoofdpijn- en migraineklachten doen verminderen of zelfs laten verdwijnen?

Heb je wel eens geluisterd naar migrainepatiënten? Naar hoe ze over hun hoofdpijn vertellen? Naar wat ze uitroepen als het gebonk in hun hoofden ondraaglijk wordt? Je hoeft geen helderziende te zijn om spoorzoekertje naar vorige levens te spelen, al geef ik direct

toe dat de oorzaak van chronische of onverklaarbare hoofdpijn sneller op te sporen is met een paranormaal talent, mocht die oorzaak in vorige levens liggen. Iedereen kan letten op terugkerende, soms merkwaardige uitspraken van een hoofdpijnpatiënt die mogelijk sleutels zijn tot probleemoplossing.

Overleven

Traumatische (sterf)ervaringen uit al lang voorbije levens kunnen in opvolgende incarnaties nog steeds kopzorgen geven. Als een ziel bij het verlaten van een dood lichaam niet goed heeft begrepen dat dat leven eindigde - bijvoorbeeld na onverwacht sterven dat gepaard ging met enorme hoofdpijn - kunnen gedachten en pijnen een geheel eigen leven gaan leiden, de volgende keer dat die zielsenergie in een nieuw lichaam plaatsneemt.

Gedachten die in de vroegere situatie juist waren (bijvoorbeeld 'zolang mijn hoofd pijnlijk steekt, leef ik nog') kloppen in een volgend leven niet meer, maar kunnen wel de kop op steken als hedendaagse situaties plotseling erg lijken op situaties uit het verleden. Het huidige lichaam raakt in de war en geeft opnieuw pijnsignalen af omdat (hoofd)pijn verbonden is geraakt met 'nog in leven zijn'. Letterlijk een overlevingsreactie. Ik ken mensen die vreselijke hoofdpijn hebben 'vanwege aanvallen, zo erg dat ze moeten overgeven'. Naar welke aanvallen verwijst dat? Wanneer en waar, in welk vorig bestaan, moesten ze zich letterlijk over-

geven aan iets/iemand, of liep 'een aanval' (van de vijand) uit op een dodelijke hoofdwond?

Hoofdpijndossier

In een 'hoofdpijndossier' in een tijdschrift las ik een interview met een vrouw, laat ik haar hier Monique noemen. Ze vertelde over haar migraine: "De laatste jaren zijn de aanvallen frequenter en heftiger geworden. Zo'n tien dagen ben ik echt gevloerd en is het of er een strijd woedt in mijn hoofd. De onvoorspelbaarheid en de onzichtbaarheid van zo'n aanval vind ik het moeilijkst. Na zo'n aanval is de wereld prachtig. Dan ervaar ik rust en geniet ik extra van de kleuren in de natuur".

Bij Monique staat haar hoofdpijn nog steeds in het teken van een emotioneel niet goed afgerond vorig leven, een leven dat eens eindigde door 'een aanval' (in oorlogstijd) waarbij er een hevige 'strijd woedde'. De vijand viel aan op een niet te voorspellen moment en dat leven liep af met de dood ('eindelijk rust, prachtige kleuren').

Op onbewust zielsniveau hecht Monique nog steeds geloof aan die oude situatie, waarin ze leefde toen een strijd gaande was en 'aanvallen steeds heftiger werden', maar heeft ze niet begrepen dat daar door het sterven indertijd een einde aan kwam. Pas als ze dat ontdekt en begrijpt, kan haar huidige lichaam oude hoofdpijn en niet meer passende gedachten loslaten en zullen haar migraineaanvallen voorgoed verdwijnen. Het enige dat haar lichaam nu doet, is vasthouden aan

gedachten over pijn, verbonden met 'nog niet dood willen, in leven willen blijven'.

Hoofdwonden in vorige levens

Hier volgt een kleine greep uit regressiesessies die ik deed met cliënten, waarbij hun migraine- en hoofdpijnklachten te maken hadden met akelige sterfervaringen uit voorgaande levens:

- Een edelman die van zijn steigerende paard afviel en overleed aan een ernstige hoofdwond, in het 17^e - eeuwse Engeland;
- Een Viking die tijdens een primitieve stammenoorlog neergeknuppeld werd, op zijn hoofd, en overleed;
- Een Belgische soldaat in de Eerste Wereldoorlog, die in de loopgraven plotseling door het hoofd geschoten werd;
- Een motorrijder in Nederland in de jaren vijftig van de vorige eeuw. Hij droeg geen helm, verongelukte op de snelweg;
- Een op wacht staande Romeinse bewaker, die van achteren beslopen werd en een dodelijke klap op het hoofd kreeg.

Juist dergelijke vorige levens, die abrupt eindigden met een pijnlijk hoofd - en waarbij de ziel snel het lichaam verliet zonder precies te begrijpen dat de dood intrad - zorgen met grote regelmaat voor problemen wanneer die zielsenergie opnieuw incarneert. Door sterk op elkaar gelijkende situaties (verleden/heden) kan het huidige hoofd ineens weer gaan bonken, steken en last

krijgen van 'onverklaarbare pijnen'. Pijnen die thuis-horen in eerdere levens.

Net zoals de cliënt wiens hoofd voortdurend 'op ontploffen' stond (bomexplosie in een vorig leven), de cliënte die zulke migraine had dat ze sterretjes zag en *black outs* kreeg (verhoor in een gevangenis met klappen tegen het hoofd, periodes van bewustzijns-verlies en tenslotte sterven), en de cliënte die bij iedere vreselijke migraineaanval wanhopig uitriep dat 'haar hoofd in een bankschroef vastzat' (marteling in de Middeleeuwen).

En wat te denken van mensen die zo'n vreselijke hoofdpijn hebben dat ze uit pure wanhoop met hun hoofd tegen de muur bonken... In mijn praktijk kwam ik twee keer tegen dat zulke migrainepatiënten vorige levens hadden gehad die eindigden in een psychi-atrische instelling; alleen hadden ze zich dat vanwege hun gekte toen, niet gerealiseerd.

Een vorig leven aan je hoofd hebben

Gelukkig konden alle hierboven genoemde hoofdpijn-patiënten hun bijbehorende (emotioneel) onaffe vorige levens verwerken en afronden, waardoor hun huidige hoofdpijn/migraine verdween. Medicatie hebben ze niet meer nodig. Zij stopten met 'een vorig leven aan hun hoofd hebben'.

Tegen hoofdpijnpatiënten die niet langer 'in het donker plat willen liggen tot het overgaat' en die weten dat er meer is dan dit huidige leven, zou ik willen zeggen, verdiep je in de mogelijkheden die reïncarnatietherapie

biedt en kijk of werken met inzichten uit vorige levens misschien iets voor je is. Met behulp van Google vind je gemakkelijk reïncarnatietherapeuten die bij je in de buurt een praktijk hebben. Zij zijn gespecialiseerd in het werken met trauma's uit vorige levens.

Nuttige pijnsignalen

Ben ik zelf hoofdpijnpatiënt? Nee, dat niet. Maar als ik veel te veel helderziende waarnemingen achter elkaar doe met mijn 'derde oog', weet ik zeker dat mijn voorhoofd kán gaan bonken. Precies op dat plekje midden tussen mijn ogen, net iets erboven. Voor mij een duidelijk lichaamssignaal: tijd om te rusten! (*)

Ieder lichaam geeft zo nu en dan (hoofd)pijnsignalen af. Als we die signalen interpreteren en beter kunnen plaatsen in ruimte en tijd, zijn we in staat ons huidige lichaam én hoofd gezond te houden.



(*) Paranormale verhalen over leven na de dood, reïncarnatie en vorige levens vind je in het gratis te downloaden e-book [Ik loop je astraal voorbij!](#)



2. GEWICHTSPROBLEMEN

Sinds twee jaar eet ik gezond(er). Dag snoepjes, roomboterkoekjes en appeltaart. Hallo verse groenten, fruit en walnoten. Bij het boodschappen doen in de supermarkt omzeil ik netjes de schappen waarin chocoladerepen, snoepjes en zakken chips liggen. Ik viel tien kilo af en zit nu op een gezond gewicht, passend bij mijn lengte.

In dit hoofdstuk ga ik in op niet direct voor de hand liggende oorzaken van gewichtsproblemen.

Jarenlang bleef ik goed op gewicht, met hier en daar een kleine uitzondering. Wanneer dolende entiteiten zich iets te graag en langdurig aan mijn aura wilden hechten, leverde me dat steevast een kilo of twee in de plus op. Aan mij klevende energie van overledenen had altijd meteen zijn weerslag op mijn (energie)lichaam. Woog ik zomaar ineens een paar kilo te veel, dan wist ik dat ik niet-geïnviteerde energieën rondom me had, entiteiten die innige 'vriendschap' met me wilden sluiten terwijl ik daar geen trek in had. Plotselinge gewichtstoename zonder dat mijn eetpatroon wijzigde, werd zodoende een uitstekende graadmeter voor me om op tijd mijn aura vrij te houden van 'gastenergie'. Bij een schoon lichtlichaam blijft mijn gewicht keurig netjes op peil en kost het geen enkele moeite mijn gewicht op orde te houden.

Koekjes

Op dit moment zit ik op mijn streefgewicht en raakte ik geleidelijk aan tien overtollige lichaamskilo's kwijt. Dankzij gezonder eten, lange wandelingen maken buiten én uitzoeken waar mijn eetimpuls - die uit balans was - mee te maken had.

Net als ieder ander had ik in eerste instantie weinig zin om te kijken waar mijn onbewuste behoefte aan dikmakers vandaan kwam. Die snoepjes en koekjes waren eenvoudigweg té lekker. Als ik mezelf een keer zielig of eenzaam voelde, al dan niet maandelijks hormonaal bepaald, at ik meer zoetigheid dan lichamelijk goed voor me was: snoepjes, koekjes, chocoladerepen

en overheerlijke stukken taart. Daar kwam bij dat bewegen niet echt aan mij besteed was en is. Liever zit ik in mijn praktijk tegenover een cliënt of achter mijn pc om een nieuw boek te schrijven.

Voertuig van de ziel

Lichaamsgewicht dat opeens flink uit balans raakt, is een signaal. We kunnen zelf kiezen of we hier wat mee doen. Je kunt je afvragen of je ongezond eet, te veel of te weinig? Vind je jezelf en je lichaam de moeite waard om gezond en qua gewicht in balans te blijven? *Mens sana in corpore sano*, een gezonde geest in een gezond lichaam. Een lichaam is het voertuig van de ziel en dat moeten we wel een beetje fatsoenlijk onderhouden om er zo lang mogelijk mee te kunnen doen.

Bij te veel eten van ongezond, vet en suikerrijk lekkers is de kans groot dat de motor van ons voertuig, het hart, haperingen gaat vertonen. Vaak hebben we nauwelijks door hoeveel ongezonde snacks we naar binnen werken. Voor je het weet is zo'n grote bak popcorn of zak chips gedachteloos leeggegeten als je naar een spannende film kijkt. Weg is de inhoud van dat doosje chocolade bonbons als je je verdrietig voelt en troostvoedsel nodig hebt.

Gedachten als 'ik vind mezelf niet de moeite waard' kunnen ook resulteren in een ongezond eetpatroon, bijvoorbeeld door weinig te gaan eten. Waarom zou je je druk maken om je eigen lichaam als anderen dat niet eens doen?

En wat dacht je van een reden tot bescherming? Extra lichaamsvet houdt anderen op afstand. Met vetrollen en wijde kleding kun je, zonder dat je dat misschien zelf doorhebt, een heftig jeugdtrauma (bijvoorbeeld slachtoffer van huiselijk geweld of seksueel misbruik) verhullen. Extra laagjes vet en meerdere laagjes kleding zeggen op subtiele wijze: kom niet te dicht bij me.

Onder narcose

Gewichtsproblemen kennen vele oorzaken. Moeilijk maat houden bij het verorberen van voedsel (dik worden) kan samengaan met rare gedachtenkoppelingen, bijvoorbeeld opgedaan gedurende de tijd dat je in de baarmoeder van je moeder verbleef, waar zij als zwangere vrouw het hebben van een dikke buik verbond aan positieve gedachten en jij aan 'groeien en leven'.

Zelfs ondergane operaties onder narcose laten soms merkwaardige sporen na. Uit een regressiesessie met cliënte B. kwam naar voren dat een co-assistent tijdens een operatie van B. had gezegd: "Wat voor een vetklep ligt hier op de tafel?" De patiënte die op dat moment niet bij bewustzijn was, was helemaal niet dik, maar ze had deze nare woorden wel opgevangen en in haar onderbewustzijn opgeslagen. Na de, overigens succesvolle operatie, bleef B. last houden van schaamtegevoelens over haar lijf (die ze voorheen niet had) en maakte ze zich overdreven zorgen dat ze te vet was. De negatieve uitspraak van de co-assistent was een eigen leven gaan leiden.

Interen op gewicht

Onverwerkte trauma's uit vorige levens kunnen eveneens je huidige lichaamsgewicht beïnvloeden. Vanwege financiële zorgen en een stressvolle relatie viel een kennisje van me in korte tijd razendsnel af. Ze woog nog maar 45 kilo, bij normale lengte. Met moeite at ze, ze had geen trek. Lette ik op haar taalgebruik, hoorde ik zinnen voorbij komen als: "Al die zorgen, dat vreet aan me. Ons geld is bijna op, we moeten interen op onze financiën." Ik opperde dat ze misschien ooit een vorig leven had gehad dat eindigde met een ziek en mager lichaam vanwege een ziekte als de vliegende toring (tbc). "Maar", legde ik haar voor, "je lichaam hoeft nú toch niet opnieuw mager te worden en in te teren?" Deze opmerking, in combinatie met creatieve oplossingen om aan geld te komen, zorgde ervoor dat ze weer aandacht en geduld kon opbrengen om de dagelijkse maaltijden tot zich te nemen.

Obesitas – te dik

Belinda Ramirez uit San Antonio, Texas, ontdekte dat haar eetverslaving en overgewicht samenhang met een vorig leven waarin ze als Azteek verhongerde. In Amerika is een dergelijk bericht onmiddellijk *sensational news*. In Nederland vinden reïncarnatietherapeuten het gewoon dat ze in hun praktijken cliënten tegenkomen met gewichtsproblemen en voedselallergieën waarvan de oorzaak kan liggen in ervaringen in vorige levens. Cliënten met zwaar-

lijvigheid/obesitas komen vaker dan gemiddeld terecht in vorige levens waar ze van honger gestorven zijn. Sterven met wanhopige gedachten 'hoe aan eten te komen' kunnen in een volgend leven nawerken en voor merkwaardige gewichtsschommelingen zorgen.

Na emotionele verwerking en afronding van zulke levens en loskoppeling van verkeerde gedachten (toen juist, nu allang niet meer), blijkt de innerlijke honger gestild. Hierna houden cliënten doorgaans het volgen van een dieet makkelijker vol en brengen ze 'moeten eten' niet langer in verband met in leven blijven. In de Engelse taal vind je die gedachtenverknoping duidelijker terug: *to die* (sterven) - *a diet* (een dieet).

Passie voor aardappelen

Toch kun je niet zonder meer zeggen dat iedereen die nú te dik is, een vorig leven had waarin hij/zij aan de hongerdood stierf.

Cliënt Victor kwam bij het uitpluizen van een van zijn vorige levens terecht in een oorlogssituatie. Als dwangarbeider moest hij met zijn blote handen aardappels rooien op het veld. Vanwege de vreselijke honger drukte hij rotte, rauwe stukjes aardappel achterover. Die at hij snel op als bewakers niet op hem letten. Echter, door lichamelijke uitputting en ondervoeding raakte de man ernstig verzwakt. In koortsdromen, vlak voordat hij stierf, ijde hij over gekookte, gebakken en gestoofde aardappelen. Victor was in zijn huidige leven noch dik noch dun en had geen noemenswaardige eetproblemen. Wel was hij chefkok in een restaurant.

Van koken 'ging hij leven', zei hij iedere keer. Zijn grootste passie? Experimenteren met aardappelrecepten!

Anorexia – te dun

Cliënte Vera wilde wat doen aan haar overdreven hang naar extreem slank zijn. Ze 'kampte' met anorexia en had zichzelf op streng dieet gezet, maximaal vier appels per dag.

In een consult besprak ik met haar de impact van sterven in een concentratiekamp in de Tweede Wereldoorlog. In haar voorgaande leven hield ze het buitengewoon lang vol onder erbarmelijke omstandigheden. Als Joodse vrouw, gevangen gezet in een kamp, bleef ze op de been op een half kommetje waterige koolsoep en een klein stukje beschimmeld brood per dag. Graatmager probeerde ze te overleven, in de hoop op een dag uit de barakken bevrijd te worden. Maar de oorlog was nog lang niet afgelopen toen ze stierf. Haar dagelijkse gedachten draaiden op het laatst om hoe ze dat het ene stukje brood kon verdelen over de hele dag. Eigenlijk deed Vera dit nog steeds, maar dan met vier appels. Voor haar was 'overleven op weinig' een teken van sterkte geworden.

Sommige hedendaagse anorexiapatiënten zien eruit alsof ze nog steeds als wandelende skeletten in gevangenschap rond schuifelen. Dat wat ze per dag van zichzelf mogen eten in kleine stukjes verdelend om de dag door te komen.

Juist bij jonge hoogsensitieve meisjes (en jongens) kunnen gebeurtenissen uit een vorig leven en ervaringen in het hier-en-nu door elkaar lopen. Als de deur naar een vorig leven toe nog op een kier staat omdat het sterven toen te pijnlijk was of niet goed is begrepen, is het kijken in de huidige spiegel, naar wie je nu bent, moeilijk. Zulke gevoelige jongeren zien zichzelf wel, maar herkennen zich niet (meer). Situaties uit verleden en heden lopen door elkaar.

Hun vertekende zelfbeeld kan verdwijnen als een sterfervaring in het voorgaande leven alsnog emotioneel verwerkt wordt. Hierdoor kan de huidige persoonlijkheid gaan beseffen dat een extreem mager lijf hoorde bij een vorig bestaan dat bijvoorbeeld eindigde in een gevangenenkamp, en niet hoort bij leven in het hier-en-nu. Daarvoor is een gezond, goed geproportioneerd lichaam nodig, dat normaal gevoed dient te worden.

Angst voor de weegschaal

José, een helderziende vrouw met een eigen praktijk in paranormale waarneming, was 'aan de zware kant'. Sinds ze boven de 100 kilo woog, durfde ze niet meer op de weegschaal te gaan staan. Ze zei: "Ik ben zo bang dat ik mijn eigen doodvonnis heb getekend doordat ik jarenlang te veel heb gegeten. Ik durf niet meer op de weegschaal te gaan staan om te kijken hoeveel ik precies weeg."

José ontdekte dat ze in een leven in de Middeleeuwen een paranormaalgoevelige vrouw was geweest die

verdacht werd van heksenpraktijken. Ze werd opgepakt. Voorafgaand aan het te vellen vonnis, of ze heks was of niet, werd ze gewogen op de heksenwaag. Te dun en te mager was synoniem voor kunnen vliegen als een heks. Hoeveel kilo je woog (of als de waagmeesters waren omgekocht), betekende het verschil tussen leven en dood. José belandde, net als duizenden andere onschuldige vrouwen, na het wegen op de brandstapel. In een volgde incarnatie kon je maar beter te zwaar zijn, had ze na dat leven besloten.

Samen met José werkte ik aan het bijstellen van die overtuiging. Maar ook aan het loslaten van entiteiten die ze van cliënten in haar praktijk had 'overgenomen' zonder dat ze dat wist, en die zich in en rondom haar energielichaam hadden verzameld. Voor zover ik weet is ze nu weer in balans waar het haar gewicht betreft. De angst voor de weegschaal is weg, net als de gastentiteiten.

Lipoedeem

In een tv-programma vertelde een jonge vrouw over haar stoornis in de aanmaak van vetweefsel, lipoedeem. Haar benen, vooral haar bovenbenen, waren uitzonderlijk dik. Dit in tegenstelling tot de rest van haar lichaam dat wat gewicht betreft normaal en in verhouding was.

Ze vertelde hoe lastig het was om zich voort te bewegen met zo'n 'dikke kleilaag op haar benen'. Samen met wat ze nog meer zei, zag ik plots de beelden voor me, van een vorig leven van haar dat

hiermee te maken had: sterven in een moeras. Ik zag een oudere vrouw wegzakken in de modder. Uit alle macht probeerde ze uit het zuigende moeras weg te komen door zich op te trekken aan grashalmen op de vaste kant. Benen die steeds zwaarder werden..., een lichaam dat wegzonk in een natte blubberbrij. Iemand die in zo'n situatie sterft kan gaan denken 'als mijn benen zwaar aanvoelen en omgeven zijn met een kleilaag ... leef ik nog (net)'. Dat klopte toen, nu niet meer.

Zulke sterfsituaties kunnen opnieuw in herinnering gebracht worden als omstandigheden nu, lijken op omstandigheden uit het verleden. Een dergelijk vorig leven afronden en beseffen dat een kleilaag om je benen niet nodig is nu om te (over)leven, kan ervoor zorgen dat onverklaarbaar lipoedeem vermindert of verdwijnt.

Lijnen

Vlak voordat ik serieus begon met gezond(er) eten en meer bewegen, verbrak vriendin K. per e-mail, van de een op de andere dag, de vriendschap die we al een paar jaar hadden. Eerst was ik onthutst en verdrietig, daarna luchtte het gek genoeg op. Pas toen realiseerde ik me dat ik gedurende die vriendschapsperiode enorm veel tijd en aandacht aan K. had gegeven; langzaam was ik meer haar gratis therapeut geworden dan een vriendin. Ons contact had zich verre van gelijkwaardig ontwikkeld, al had ik dat niet door.

Het bekende liedje... als helderziende zie ik veel bij anderen, maar niet altijd bij mezelf. Het sloop erin dat ik telkens tijd voor haar vrijmaakte en haar op allerlei manieren hielp. Met gelijke tred slopen de kilo's er bij mij aan. Had ik mijn gewichtstoename sneller als lichaamssignaal herkend, had ik mogelijk beter op mijn grenzen gepast. Een wijze les in vriendschap. Hing ik eerst nog uren met K. aan de telefoon'lijn', nu had ik ineens zeeën van tijd over om buiten te gaan wandelen en aandacht te schenken aan mijn eigen lijn.

Ik nam een andere vriendschap onder de loep, waar een zelfde energiegrensprobleem speelde. Die relatie verbrak *ik*. Nadat beide vriendinnen energetisch gezien niet meer aan me vastplakten en ik mijn bewegingsvrijheid terugkreeg, kwam ik eindelijk in balans en ben ik nu weer netjes op gewicht. Sommige vrienden en kilo's moet je op tijd loslaten om verder te komen.



Trek gekregen in koekjes? Download via [deze link](#) gratis mijn e-book *Ben jij een koekje van eigen deeg?* met daarin verhalen over vorige levens in verschillende landen, met bijpassende koekjesrecepten ☺



3. SLAAPSTOORNISSEN

Heerlijk diep slapen en prettig dromen is goed voor lichaam en geest. Je lichaam rust uit, je geest verwerkt tijdens de slaap emotionele restjes van alledag. Een prima manier om je innerlijke batterij op te laden. Ik gun het iedereen: snel inslapen, plezierig dromen en fris weer wakker worden. Toch liggen veel mensen in bed te malen voordat ze kunnen slapen. Anderen worden paniekerig wakker van akelige dromen. Wat kunnen vorige levens daarmee te maken hebben?

Slaapproblemen zijn er in vele soorten en maten. Je hebt narcolepsie (onbedwingbare slaapaanvallen), apneu (ademstilstand tijdens de slaap), insomnie (chronische slapeloosheid), hyposomnie (overmatige slaperigheid). Je kunt last hebben van *restless legs* (onrustige benen die jeukend of kriebelig aanvoelen) waardoor je niet in slaap kunt komen of wakker ligt, stoornissen van het circadiane ritme (een jetlaggevoel dat maar niet ophoudt, de interne klok is totaal van slag). En problemen die vallen onder het begrip parasomniën: rare ongewenste verschijnselen zoals slaapwandelen, verward ontwaken, praten in de slaap, paniekaanvallen, slaapverlamming, bedplassen, tandenknarsen enz.

Slaapprobleem anders benaderen

Als reïncarnatietherapeut kijk ik anders aan tegen ziekte, stoornissen en lichamelijke gebreken dan mensen die werkzaam zijn in de reguliere gezondheidszorg. Vreemde onverklaarbare lichamelijke kwalen, door artsen gediagnosticeerd als 'onbehandelbaar of leer er maar mee leven', zijn af en toe wel verklaarbaar en vanuit vorige levens bekeken zelfs oplosbaar gebleken. Ook wanneer het slaapprobleem betreft. Niet ieder gezondheidsprobleem valt te verklaren vanuit voorbije levens. Toch heb ik in vijftientig jaar praktijkvoering enkele cliënten in therapie gehad met slaapproblemen. Hun onverklaarbare slaapproblemen bleken wel degelijk oplosbaar. Kwestie van oude ervaringen in het verleden in voorbije levens - die met

de slaapstoornis van nu correspondeerden - alsnog verwerken en afronden.

Narcolepsie – vorig leven dronken zwerver

Verpleegster MarieLouise (25) viel overdag zomaar in slaap tijdens haar werk. Haar benen werden plotseling slap, daarna verloor ze de controle over haar armen én benen. De wereld om haar heen draaide en zij zakte slapend ineen. Niet zo handig, als je gewoon moet werken.

Diagnose: narcolepsie. Lastig, want in haar functie als verpleegster functioneerde ze niet meer naar behoren. Ze ging de ziekte wet in. Op een verpleegster die zonder aanleiding op de werkvloer in slaap viel kon het ziekenhuis niet vertrouwen.

MarieLouise gebruikte vaak deze woorden/zinnen bij het beschrijven van haar probleem: “Ik zak weg. Ik verlies de controle over mijn lichaam, maar het is wel een prettig verdovend gevoel”.

Er bleek een nog niet goed begrepen - en emotioneel onafgerond - vorig leven aan haar narcolepsieprobleem ten grondslag te liggen. Een vorig leven dat plotseling eindigde en waarvan de laatste gedachten vóór dat sterven nog steeds nawerkten bij MarieLouise.

In een vorig leven in een grote stad in de USA, rond 1950, was MarieLouise een oude zwakke man, een zwerver die op straat leefde. De zwerver was op het einde van zijn leven ernstig ondervoed en bijna alle dagen stomdronken. Op een nacht werd hij in ster-

vende toestand vervoerd naar een ziekenhuis. Daar kreeg hij een verdovend middel toegediend om sneller 'in te slapen'. Dronkenschap plús het verdovende middel zorgden ervoor dat de zwerver niet beseftte dat zijn lichaam ermee ophield. Het laatste wat de man nog bewust meemaakte was de verpleger die tegen hem zei: 'Hier gaat u goed van slapen'.

Interessant gegeven, het 'zomaar overdag in slaap vallen' begon bij MarieLouise toen ze voor het eerst stage liep in een ziekenhuis als leerlingverpleegster. De narcolepsie verergerde toen ze nachtdiensten ging draaien. Dit noemen we binnen reïncarnatietherapie een *triggerpoint*: een situatie nu, die sterk lijkt op een oude situatie in het verleden. Beide situaties worden door elkaar gehaald en iemand kan spontaan reageren 'zoals toen'. Het huidige lichaam van MarieLouise reageerde onbewust net zoals het lichaam van de oude zwerver. De man werd 's nachts stomdronken opgenomen in het ziekenhuis, kon niet meer op zijn benen staan, verloor de macht over zijn trillende armen en benen en gleeed langzaam de dood tegemoet dankzij het verdovende middel dat hem werd toegediend.

Omdat het sterven - vanwege dronkenschap + verdooving - niet begrepen werd, was dat voorbije leven niet duidelijk geëindigd. In zo'n geval werken gedachten of lichaamsgevoelens uit die situatie een leven later nog na.

Na het afronden van het zwerversleven verdwenen de slaapaanvallen van MarieLouise niet onmiddellijk, maar ze kwamen minder vaak voor en waren minder heftig.

Apneu – vorig leven

In een tv-documentaire zag ik een man voorbijkomen die last had van apneus, ademstilstand tijdens de slaap. In een onderzoeksruimte testten doktoren wat er bij hem precies gebeurde tijdens het slapen. Ze wilden weten waarom zijn ademhaling stakte, hoe, wanneer, hoe vaak en hoelang.

Als je goed luisterde naar hoe de man over zijn slaapstoornis vertelde en lette op uitspraken die dikwijls voorkwamen, vlogen de pilotentermen je om de oren. Toch werkte de man gewoon als bouwvakker. Geen pilotenopleiding te bekennen, zelfs geen hobby's die in de richting kwamen van vliegen. Over zijn slaapstoornis zei hij: “*Ik heb geen last van die apneus, want als ik in mijn bed ga liggen stort ik me zo in slaap*”. Zijn vrouw had er wel last van. Ze vond het doodeng dat haar man regelmatig zijn adem tijdens het slapen zolang inhield. Telkens dacht ze dat hij dood zou gaan. Het vorige leven dat hierachter verscholen zit, zal mogelijk een vorig leven als piloot of gezagvoerder van een vliegtuig zijn geweest, maar dan wel een leven dat eindigde door het neerstorten van het toestel waarin gevlogen werd. Nu ‘stortte de man zich in slaap’ en stakte telkens zijn ademhaling. Hij herhaalde zijn laatste levensmomenten van een keer ervoor.

De huidige testapparaten van de artsen hadden veel weg van ouderwetse zuurstofmaskers. Door met een speciaal masker op het hoofd te slapen om een apneu te voorkomen, is het huidige lichaam telkens in de waan dat er nog sprake is van zuurstofmaskers, neer-

storten en in leven zijn... in een vorig leven weliswaar. Kleine misvatting. Grote kans dat als deze man een vorig leven zou verwerken en afronden waaraan hij nog onbewust vasthoudt - 'zolang mijn adem stukt, leef ik nog terwijl ik neerstort' - dat hij geen of minder last van zijn apneus zou hebben.

Niet kunnen inslapen – vorig leven

Kees (54), bakker, had al jaren inslaapproblemen. Al was hij nog zo moe na het werken in zijn bakkerij, in slaap vallen kostte hem vreselijk veel moeite. Met gespitste oren lag hij te luisteren naar ieder geluidje dat hij hoorde in het donker, om vervolgens urenlang wakker te liggen in bed. Kees had van alles geprobeerd om het inslapen te vergemakkelijken. Van schaapjes tellen, warme anijsmelk drinken tot hypnose-oefeningen. Niets hielp. Het probleem bleef. Hij had er last van 'sinds hij in dienst moest'.

Bij doorvragen bleek dat Kees als kind beroepsmilitair wilde worden, maar eenmaal in dienst, vond hij het niet meer bij hem passen. Het enige waar hij, naar eigen zeggen, goed in was, was 'op wacht staan'.

En daar zat nou net de kneep. In een vorig leven als stadswacht, ergens in de late Middeleeuwen, was Kees een energieke garnizoenssoldaat die zijn vak als bewaker zeer serieus nam. Op wacht staan en niemand doorlaten, hij kon het prima. Tot die ene nacht, waarin hij door vermoeidheid overmand tijdens zijn dienst in slaap viel. Precies die nacht, sneed iemand van 'de vijand' zijn keel door. De wachter stierf met de ge-

dachte 'Ik had niet in slaap moeten vallen, dan had ik nog geleefd'.

Toen Kees eenmaal begreep dat dat besluit sloeg op het verleden, kon hij nieuwe gedachten toelaten bij zijn huidige slaappatroon. Het was nu immers veilig om in slaap te vallen. Er stond niemand naast zijn bed met een mes om zijn keel door te snijden.

Nachtmerries bij jonge kinderen

Ons brein verwerkt tijdens het slapen spontaan allerlei zaken die we hebben meegemaakt. Of dat nu recente ervaringen zijn of oude(re) ervaringen. In een aantal van mijn boeken zijn praktijkverhalen opgenomen die gaan over volwassen cliënten die last hadden van nachtmerries. Dikwijls ging het om repeteerdromen die volwassenen al sinds hun kindertijd hadden. Soms kon zo'n nachtmerrie als ingang gebruikt worden om traumatische ervaringen uit vorige levens uit het onderbewuste omhoog te laten komen en met behulp van reïncarnatietherapie alsnog te verwerken. De angstdromen verdwenen daarna.

Terugkerende nachtmerries bij heel jonge kinderen - hysterisch huilen, diep slapen, nauwelijks wakker te krijgen - bevatten nogal eens fragmenten uit vorige levens. Dankzij angstige dromen verwerken kinderen pijnlijke en verdrietige situaties uit een recent vorig leven via hun slaap in het huidige leven. Omdat het nu veilig is om die emoties te laten gaan. Ouders of verzorgers vinden zulke heftige nachtmerries ook beangstigend, omdat ze denken dat ze het kind niet

kunnen bereiken of wakker krijgen. Een moeder vertelde me, dat ze zelf keihard mee ging gillen en schudden aan haar kind, uit pure onmacht. Ze had geen idee waarom haar kind zo bang was dat gilde in zijn slaap. Er was toch niets ergs gebeurd? Nee, niet in zijn huidige leven.

Wil je geen therapie voor je kind, doe er dan goed aan om een kind bij het wakker worden na een nachtmerrie ervan te verzekeren dat het 'in het hier en nu' is, veilig, thuis, bij die en die. Benadruk zoveel mogelijk voorwerpen waar het kind nu van houdt. Van (her)kaderen in dit huidige leven kalmeren ze, na een enge droom.

Nachtmerries, vorige levens en volwassenen

In mijn boek *Diehards in de war* beschrijf ik de ervaring van 71-jarige Bert. Hij had een paar keer per jaar last van onbegrijpelijke nachtmerries waarbij hij wild met zijn armen en benen om zich heen sloeg. Hij gilde er hard bij. Hij geloofde niet zo in reïncarnatie, maar moest toch erkennen dat de frequentie en 'ergte' minder werd nadat hij begreep dat hij in een vorig leven omkwam bij een granaatontploffing in een oorlogssituatie. Het gillen en wild om zich heen slaan kreeg een plek in het verleden.

In mijn boek *Waarom Esther geen Robinson werd* staat een voorbeeld van een 48-jarige vrouw, Hannah, die geregeld droomde dat soldaten haar achterna zaten. Ze werd telkens in paniek wakker op het moment dat ze

stappende laarzen dichterbij hoorde komen. Een razzia-ervaring uit de Tweede Wereldoorlog werkte nog na.

Zowel in het geval van Bert als Hannah probeerde hun onderbewuste via dromen alsnog traumatische ervaringen emotioneel te verwerken.

Heb jij rare slaapstoornissen? Misschien is de oorzaak zo vreemd nog niet en wie weet is er ook nog wel een oplossing 😊.



4. HAARDRACHT EN KAPSELS

Voorliefde voor een specifiek kapsel of juist afkeer ervan kan geworteld zijn in issues uit het verleden. Paranormaalgevoelige vrouwen knippen liever zelf hun lange, gezonde haren dan dat ze naar een kapper gaan. Hoe dat kan? Je leest het in dit 'haarstuk'.

Hoe draag jij je haar? Kort, lang? Krult het, is het steil? Heb je veel, weinig of geen enkele haar meer op je hoofd? Welke kleur heb je? Honingblond, vurig rood of zwart? Ik heb een langwerpige gezicht, een hoog voorhoofd en middellang bruin haar dat domweg recht naar

beneden valt. Jarenlang droeg ik een pony tot op mijn wenkbrauwen om dat grote voorhoofd van me te verbergen. Mijn 'derde oog' verstopte ik achter een dik gordijntje haren. Ik wilde wegblijven van helderzien, maar van mijn toepasselijke haardracht was ik me niet bewust. Gelijktijdig met 'het paranormale' toelaten in mijn werk als therapeut wende ik aan de kracht van mijn derde oog en de grootte van mijn voorhoofd, dat collega's wel eens grappend 'typisch een Atlantishoofd' noemen. Na de ponyperiode gebruikte ik plastic strik-vormige haarklemmetjes om loshangende haren in toom te houden. Die symbolische betekenis ontging me eveneens. Lange tijd vertrouwde ik in mijn werk op perfectionisme en uitstekende voorbereiding in plaats van alles wat ik paranormaal waarnam. Net zoals de strikklemmetjes mijn haren in het juiste model wisten te houden, klemde ik me krampachtig vast aan bekende en vertrouwde zaken.

Tondeuse – concentratiekamp

Welke kapper aan mijn haar mocht zitten, dat lag gevoelig. Als tweejarige dreumes schoor een oom, kapper van beroep, mijn hoofd kaal met een tondeuse opdat ik 'daarna zeker krullen zou krijgen'. Mislukt. Mijn haren groeiden weer aan, zo steil als maar zijn kon. Zijn knipactie was bedoeld als verrassing voor mijn ouders. Tijdens een logeerpartij bij hem en mijn tante pleegde hij zonder overleg kaalslag op mijn kinderbolletje. Mijn moeder schrok enorm toen ze me kwam ophalen, ze herkende haar eigen peuter amper terug. Die verras-

singsaanval met tondeuse triggerde bij mij een ervaring uit een recent vorig leven, dat zich in de Tweede Wereldoorlog had afgespeeld. Bitter weinig bleef toen over van de mooie krullen die ik als Joods meisje had gehad, na aankomst in een concentratiekamp.

Tot aan het zesde, zevende levensjaar liggen vorigelevensherinneringen bij kinderen voor het oprapen. De overgang tussen een vorig bestaan en het hier-en-nu is tot die leeftijd vergelijkbaar met een kierende deur waar spontaan herinneringen doorheen kunnen glijpen aan vroegere tijden. In mijn praktijk kwamen wel eens ouders met hun jonge, gevoelige kinderen die onverklaarbare paniekaanvallen hadden bij het haren wassen of haren knippen. Ze gilden hysterisch, huilden, krijsten, sloegen om zich heen omdat ze 'niet onder de douche wilden' of niet wilden dat 'hun haren eraf moesten'. Als ik deze kinderen via speltherapie liet kennismaken met hun vorige levens die zich in een concentratiekamp hadden afgespeeld, waar hun angsten thuishoorden (aankomst in een kamp/kaalscheren, 'douchen'=gaskamer), verdween de paniek. Oude emoties werden verwerkt; ze leerden verschillen tussen toen en nu begrijpen. Nú hadden deze kinderen lieve moeders die slechts hun haren wilden wassen met niet prikkende kindershampoo en kwamen ze bij aardige kappers terecht die alleen maar een goed model in hun haren wilden knippen.

Pagekapsel

Op zevenjarige leeftijd, vlak voordat een schoolvakantie aanbrak, werd ik als kind door mijn vader afgezet bij een herenkapper. Vaders verzoek: “Doe maar lekker kort”, werd ingewilligd. Om mijn steile haar links en rechts van mijn gezicht op gelijke hoogte te krijgen, knipte deze kapper steeds meer van mijn haar af, tot hij concludeerde: “Klaar! Je lijkt precies op een middeleeuwse page”. Geschokt staarde ik in de spiegel. Ik wilde een meisje zijn, geen jongen! Huilen stond me nader dan het lachen. Mijn haar was gekortwiekt tot halverwege mijn oren, op mijn voorhoofd resteerde een korte scheve pony. Voor mijn gevoel liep ik maanden voor schut met dat pagekapsel.

Tientallen jaren later maakte ik tijdens een regressiesessie kennis met een vorig leven van mezelf als middeleeuwse schildknaap, een hulpje van een ridder. Dat leven was niet leuk én liep vervelend af. Dankzij die sessie begreep ik beter waarom de vergelijking met een page, inclusief middeleeuws aandoend kapsel, mij als hoogsensitief kind doodongelukkig had gemaakt.

Verknipt

Het ging jaren goed bij kappers, verfbeurtjes inclusief. Ruim volwassen en de veertig gepasseerd, belandde ik op de behandelstoel bij een plaatselijke coiffeur. Onder het haren wassen aan de wasbak doezelde ik weg, om plotseling wakker te schrikken van wat ik zag. De shampoo-inzpende bewegingen op mijn hoofdhuid

zorgden voor een tijdsprong naar het verleden en de kappershanden veranderden voor mijn geestesoog. Hedendaagse opgerolde hemdsmouwen maakten plaats voor kledij die hoorde bij het Franse hof in de pruikentijd. Ik zag dat mijn kapper in een vorig leven kamenierster was geweest. Als bediende had ze een dagtaak aan het opkammen en bepoederen van hoge witte pruiken. Ik vertelde dit aan de kapper, die niet vreemd opkeek van mijn paranormale waarneming. Hij zei: “Kan kloppen. Ik heb een hekel aan het touperen van platinablonden vrouwen en hoge bruidskapsels”. Andere beelden die ik zag hield ik voor me, want ik nam hem ook waar als man die tegenspartelende kampgevangenen in oorlogstijd kaalknipte. Blijkbaar had hij iets met het thema ‘haar’ in meerdere levens. Of hij toch afgeleid werd door wat ik hem vertelde weet ik niet, maar feit was dat die keer mijn schouderlange haren opnieuw veel en veel korter werden geknipt dan ik tevoren strikt had aangegeven. Wéér een te korte coupe. Vanaf dat moment stond mijn besluit vast, voortaan nam ik de kappersschaar zelf ter hand! De overeenkomst ‘werken met cliënten en hun sterfervaringen in vorige levens en mijn eigen dode haarpunten bijhouden’, vond ik best grappig. Dat ik door de reguliere gezondheidszorg werd beschouwd als ‘totaal verknipt’ omdat ik me als reïncarnatietherapeut profileerde, zelfs daar zag ik de humor van in.

Monnik Arie Boomsma

Per mensenleven bepalen we als ziel ons eigen ontwikkelingstempo én welke levenslessen we hier op aarde willen aangaan. Na het sterven laten we ons lichaamsomhulsel achter en nemen we onze ziels-energie mee naar een volgende incarnatie waar we nieuwe keuzes baseren op reeds opgedane ervaringen. Aangename ervaringen worden omgezet in positieve (ziels)herinneringen, vervelende ervaringen in meer negatieve; ook ervaringen met kleding en haardracht.

Tv-presentator Arie Boomsma beschreef in tijdschrift Flair nr. 2 uit 2015 'de geschiedenis van zijn kaalheid'. Openhartig stelde hij in een column: "Die beginnende kale plek op mijn achterhoofd herinnert mij eraan dat er nu ook processen in tegengestelde richting gaan bewegen. Ik word kaal. Mijn hoofd ziet er uit als dat van een monnik uit een of ander klooster in de Middeleeuwen." Ik moest erom grinniken, zag het voor me. Boomsma, geboren en getogen in een domineesgezin, presentator bij christelijke tv-omroepen, auteur van meerdere boeken over het geloof... Het zou zomaar kunnen, dat hij in een vorig leven monnik was en dat religieuze thema's in zijn huidige leven hun (haar)-wortels hadden in een vorig bestaan waar geloof al een rol speelde.

Haar-invloed uit vorige levens

Zo kan het gebeuren dat ik huiver bij het zien van schilderijen waarop adellijke dames staan afgebeeld uit de zestiende eeuw. Volgens de toen geldende modevoorschriften lieten ze hun voorhoofden goed uitkomen door alle wenkbrauwhaartjes weg te plukken en hun haargrens ver naar achteren weg te scheren. Hoe hoger het voorhoofd, des te opener en intelligenter vond men de blik. Confronteert zo'n schilderij me met mijn eigen blote voorhoofd? Was ik in een vorig leven zelf zo'n dame of ben ik ooit door zo'n vrouw onheus behandeld?

Voorkeuren en afgrijzen voor kapsels (en specifieke kledij) zijn soms gebaseerd op ervaringen uit verre verledens.

Bruinharige Renske verft haar haren rossig rood. Zij had meerdere gelukkige vorige levens in Schotland en Ierland en houdt dankzij hedendaagse verfbeurten een prettig gevoel 'levend'. De van nature blonde Jenny verfde haar haren spontaan zwart, vlak nadat ze een relatie aanging met een partner die ze - naar pas jaren later bleek - kende uit een vorig leven waarin ze samen een relatie hadden, beiden als Noord-Amerikaanse indianen.

Sandra liet zich een kort stekeltjeskapsel aanmeten omdat dat zo goed paste bij haar mannelijke kledingstijl en de legerboots die ze regelmatig droeg. Om pas recent te ontdekken dat dit samenhangt met een krachtig vorig leven als soldaat.

Pauls 'matje', een opgeknipte haarstrook in de nek, vertoont grote gelijkenis met hoe hij er als indiaan op oorlogspad uitzag.

Nadat Chantal zich verdiepte in yoga, schoor ze vrijwillig haar hoofd kaal. De Boeddhistische monnik die ze in een voorbij leven was geweest, piepte als het ware opnieuw tevoorschijn.

Henk met zijn extreem lange, golvende roodbruine haren tot op zijn heupen lijkt zó weggelopen uit een Vikingleven.

Deze voorbeelden geven aan hoe specifieke haar-drachten en -kleuren samen kunnen hangen met herinneringen aan krachtige oude ervaringen.

Ook het tegendeel is mogelijk, dat 'haar' of 'kaalheid' onbewust nare ervaringen uit het verleden omhoog haalt. Denk aan de gegeven voorbeelden van paniek bij jonge kinderen bij het haren knippen; maar ook chemokuren (haaruitval én bijbehorende lichamelijke reacties zoals extreme moeheid) zorgen geregeld voor het triggeren van vorige levens die eindigden in een concentratiekamp.

Zelfs het zien van een bepaalde plant kan sluimerende ervaringen in het onderbewustzijn wakker roepen. Dana vertelde dat de rillingen over haar lijf liepen, toen ze bij het verplaatsen van planten in de tuin een struik uit de grond trok en dit vol afgrijzen bij de wortels vasthield. Waar ze naar keek in combinatie met het zware gewicht dat ze voelde, associeerde ze met een hoofd dat ze bij de haren vasthield. Tja, scalperen, het

afsnijden van hoofdhuid met haren er nog aan vast, laat ook sporen na op de ziel.

Asha met 113 kilo haar

In een tv-documentaire zag ik een 47-jarige vrouw, Asha, uit Florida, die haar extreem lange haar showde: zeseneenhalf meter lang, 113 kilo wegend!

Per maand verbruikt zij vierentwintig flessen shampoo. Lang haar is mooi, maar zulk lang haar is lastig schoon te houden en pijnlijk voor het hoofd. Als Asha haar haren los draagt, sleept ze het in een dikke vlecht achter zich aan over de vloer. Meestal rolt ze haar haren op tot een bundel die ze in een draagzak op haar rug meesjouwt. Gemakkelijk is anders. Een dokter bevestigde wat anderen vermoedden: zo'n enorme vracht haar is slecht voor de gezondheid. Röntgenfoto's toonden aan dat Asha's nekwervels - sinds ze vanaf haar 24^e jaar haar haren liet groeien - ernstig te lijden hebben onder de zwaarte en trekkracht van het haar. Voor Asha's gezondheid zou het beter zijn haar haren deels af te knippen. Haar reactie in de documentaire: *"No, it is my baby, my sweetheart! I will never leave it!"* Bij het horen van de paniek in haar stem vroeg ik me af of reïncarnatietherapie een optie zou zijn om Asha te laten inzien dat ze 'iets' mag loslaten? Zodra ze begrijpt waarom ze haar haren zo lang wil hebben en steeds angstvallig bij zich draagt, kan ze beter beslissen wat goed voor haar gezondheid is. Nu behandelt ze de opgerolde haren als haar kindje. Ze drapeert ze op een kussen, gaat ernaast zitten of liggen en zegt: *"We*

cuddle each other". Ze zet de draagzak met opgerold haar in de auto naast zich op de passagiersstoel, liefdevol ingesnoerd met veiligheidsriemen en zegt: "*I talk to him a lot, I stroke him, he likes to go shopping, he loves fruit and vegetables*", alsof ze voortdurend tegen een klein kind praat.

Zou er iets gebeurd zijn rond Asha's 24^e levensjaar? Vanaf dat moment liet ze 'het' groeien. Een mislukte zwangerschap, die ze onbewust op deze manier nog steeds probeert te voldragen?

Wat ook meespeelt is de vele aandacht die Asha (of liever, haar haar) krijgt van voorbijgangers, tv-ploegen enz. Dat vindt ze bijzonder prettig. Die aandacht wil ze niet kwijt, net zo min als haar haar. Mogelijk gaat de oorzaak nog verder terug in de tijd, naar een situatie in een vorig leven want regelmatig noemt Asha haar lange vlecht "*Mr. Cobra*", vooral wanneer ze haar haren om haar nek heen drapeert. Ze draagt haar lange vlecht dan alsof ze een grote wurgslang vasthoudt. Wist je dat cobraslangen net zo lang kunnen worden als de lengte van Asha's haar: zeseneenhalve meter!

Met behulp van inzichten over oude zaken zou ze gebeurtenissen uit het verleden alsnog kunnen verwerken en afronden zodat ze nú niet zo'n zware last (extreem lang haar) met zich mee hoeft te dragen. Ik hoop van harte dat 'Mr. Cobra' haar op den duur niet nekt.

Kracht

April 2017 had ik genoeg van het zelf voor kapper spelen. Mijn haren wilde ik wel eens los kunnen laten hangen, maar daarvoor moest ik eerst naar een goede kapper. Na zoeken op internet vond ik hem in Den Bosch. Jong, zachtaardig, enthousiast en prijswinnaar van binnen- en buitenlandse haarconcoursen. De liefde voor 'haute coiffure' spatte van hem af, door hem durfde ik me te laten knippen.

Het moet gezegd, hij verrichtte een knipwonder toen ik bij hem in de kappersstoel zat: juiste lengte, niet te veel laagjes, een perfect bij mijn (voor)hoofd passende coupe. Opgetogen zwiepte ik na de finale föhnbeurt mijn haren heen en weer. Dit kapsel was perfect. Nog blijer werd ik van zijn opmerking: "U hebt ongewoon gezond haar, van de wortel tot aan de punt".

Een bijbelverhaal schoot me te binnen, over krachtige Samson met extreem lang haar en ene Delilah die dat haar 's nachts stiekem afknipte en daarmee zijn kracht wegnam. Gezonde, lange haren hebben met kracht te maken!

Haast huppelend keerde ik terug naar huis, waar ik para-vriendin Monique e-mailde hoe blij ik was met mijn nieuwe coupe èn kapper. Zij mailde terug: "Ik ga ook niet graag naar de kapper, liefst knip ik mijn lange haren zelf. Ik heb geen zin een ander in mijn kracht-antennes te laten wroeten." En: "Wist je dat er religies zijn waarbij mannen, zoals de Sikhs, hun haren niet mogen laten knippen? Veel heiligen en profeten

hebben lang haar. Naast spirituele kracht heeft iemand met lang haar zelden tekort aan vitamine D.”

Het haar als spiegel van de ziel. In mijn hoofd rolden plaatjes voorbij van andere paranormaalgevoelige vrouwen die ik ken. Niet eerder viel me op dat zij allemaal enorm lang, gezond en snel groeiend haar hebben dat ze het liefst zélf behandelen.

Mijn bruine steile haren hangen eindelijk los. Mijn derde oog is voor iedereen zichtbaar en ik kijk mijn ogen uit wat er waar te nemen valt. Ik durf mezelf steeds beter te laten zien. Alleen als mijn haar goed zit natuurlijk ☺.



Wil je meer lezen over hoe mode uit vorige levens onze huidige kledingkeuze kan beïnvloeden? Download [hier](#) gratis mijn e-boek *Vintage Life*.



5. REÏNCARNATIE & EUTHANASIE

Geboorte, leven en dood zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wie in reïncarnatie gelooft, gaat ervan uit dat we na de dood terugkomen om opnieuw geboren te worden, te leven én te sterven. En dat meerdere keren, om als ziel ervaringen op te doen op aarde en tijdelijk, gedurende een leven, plaats te nemen in een mensenlichaam. Voordat je opnieuw aan wedergeboorte toekomt, moet je hoe dan ook kennismaken met het sterfproces. We gaan allemaal een keer dood.

In Nederland vragen jaarlijks zo'n 34.000 mensen om euthanasie voor 'later, als het ooit nodig mocht zijn' en 13.500 mensen om euthanasie 'binnen afzienbare tijd'. Het aantal euthanasieverzoeken - het actief beëindigen van een leven door een ander: eerst iemand in coma brengen, daarna een middel toedienen waardoor de ademhaling stopt - stijgt de laatste jaren gestaag. Mantelzorgers, hulpverleners en artsen raken meer en meer betrokken bij zorg die hoort en past bij langdurig ernstig zieke patiënten, en zorgtaken die voorafgaan aan een naderend afscheid (verlies/verdriet/rouw), palliatieve sedatie, stoppen van levensverlengende behandelingen, euthanasie en hulp bij zelfdoding. In onze maatschappij, waarin we autonomie steeds belangrijker vinden, willen veel mensen in toenemende mate het heft in eigen hand nemen, ook daar waar het hun sterfmoment of wijze van sterven betreft. Door de keuze voor euthanasie komt de regie krijgen over eigen leven en dood dichterbij dan ooit.

Discussie

Het woord euthanasie staat voor 'goede of milde dood/genadedood' en is afgeleid van het oud-Grieks, waar *eu* goed en *thanatos* dood betekent. In de *Dikke van Dale* staat "het op hun eigen verzoek bespoedigen van de dood of ter dood brengen van hevig lijdende, ongeneeslijke zieken". De betekenis van 'op eigen verzoek' is min of meer duidelijk, maar wat we precies moeten verstaan onder 'hevig lijden' is lastiger te definiëren. Zoveel mensen, even zoveel gedachten,

meningen en overtuigingen over waardig afscheid nemen van het leven, sterven met of zonder pijn, met of zonder verwachting dat er na de dood iets is. Niets, hemel, hel, mogelijkheid tot wedergeboorte?

Discussies rondom euthanasie gaan vaak over in hoeverre artsen zich aan wettelijke voorschriften en regels moeten houden bij handelingen die het sterven zonder al te veel lijden mogelijk maken, of over wat ondraaglijk lijden precies inhoudt. Om patiënten pijnloos en waardig te laten sterven wordt er gewikt en gewogen, en gezocht naar goede oplossingen voor alle betrokkenen.

Bij terminaal zieke patiënten is het zichtbaarder voor de buitenwereld wanneer het fysieke lichaam met onhoudbare pijnen en functie-uitval te maken krijgt. Geestelijke pijn is moeilijker te benoemen en lang niet altijd merkbaar voor anderen. Bepalen in welke mate iemand lijdt, nog bij het volle verstand is of dementerend, of in hoeverre er sprake is van wel of geen voltooid leven, is geen sinecure. Wie heeft het recht te oordelen over persoonlijk lijden? Jijzelf - de ziel die bij de geboorte plaatsnam in het lijf waarin je nu bevindt - of een ander, een neutrale buitenstaander, een betrokken huisarts, hulpverlener of familielid?

Ik vind dat iedere ziel, ieder mens, zelf invloed mag uitoefenen op zijn of haar eigen levenseinde, zolang daar maar goed is over nagedacht. Hoe bewuster iemand bezig is met het naderende einde, des te beter het betreffende leven (emotioneel) goed kan worden afgerond. Dankzij bewuste levensbeëindiging kan zielsenergie een gestorven lichaam makkelijker verlaten en

loslaten opdat de ziel daarna, ervaringen rijker, verder kan gaan met groei en ontwikkeling.

Ik wil graag dood

Eén van mijn oma's verbleef op het einde van haar leven, toen ze ver in de tachtig was, in een verzorgings-tehuis. Ze werd omringd door lieve familieleden, hulpverleners en betrokken verplegend personeel. Toch zei ze regelmatig tegen me op klaaglijke toon, als ik haar een bezoekje bracht: "Ik wil zo graag dood, maar het mag niet van de dokter. Kun jij niet een pistool voor me meenemen? Wil jij me niet doodschieten?"

Haar psychisch lijden was groot, ze kwakkelende met haar gezondheid, had last van beginnende dementie en werd langzaamaan blind. Haar kinderen en kleinkinderen probeerden haar telkens van het tegendeel, te willen sterven, te overtuigen. Wij vrolijkten haar op, wezen haar op alle dingen waarvan ze nog kon genieten. Wij konden haar niet missen, ze had toch ook haar goede dagen? Was dat egoïstisch van ons? Mijn oma wilde dood, voor haar hoefde het leven niet meer. De huisarts constateerde dat ze niet genoeg leed, ze had immers voldoende heldere momenten en was redelijk ter been. Op dagen dat ze zich goed voelde 'holde' ze een stukje door de gangen van het verpleegtehuis, de rollator voor zich uit duwend, lachend roepend: "Opzij, opzij! Kijk, eens hoe hard ik ga!" Uiteindelijk stierf ze zonder medisch ingrijpen, nadat ze zelf had besloten niet meer te eten en drinken. Ze was het leven zat en hongerde zich uit.

Goedbedoelende verpleegsters probeerden haar toch te laten drinken, maar zij 'won'.

Dit speelde ruim tien jaar geleden. In de periode dat mijn oma regelmatig vroeg of er niet iemand was die ervoor kon zorgen dat ze 'dood mocht', was euthanasie stukken minder bespreekbaar dan tegenwoordig. Nu denk ik, misschien was het beter voor haar geweest als ze eerder had mogen sterven, ze had genoeg van haar leven. Het begrip 'voltooid leven' kenden we toen nog niet. Was oma's leven werkelijk voltooid? Ik durf dat niet met zekerheid te zeggen. Wel is duidelijk dat ze haar verzadigingspunt bereikt had.

'Verzadigd leven', een term die een 90-jarige man onlangs hanteerde, vind ik beter en passender. Dood willen, dood mogen gaan... Het verschilt van geval tot geval, van persoon tot persoon, van ziel tot ziel. Dat is precies waarom het zo moeilijk is om euthanasie aan regels te binden. Wat voor de één geldt, geldt niet voor de ander, en omgekeerd.

Een vorig leven helen

Als je niet uitgaat van het bestaan van reïncarnatie, hoef je je in discussies over euthanasie niet te buigen over mogelijke gevolgen op zielsniveau. Als je sec dit ene leven van iemand bekijkt, kan het er uitzien alsof geestelijke pijn of lichamelijke pijnen bij ziekte en sterven volkomen nutteloos zijn. Willekeur, iemand heeft domweg pech gehad. Echter, wanneer je voorgaande en/of komende levens van een ziel betreft bij het waarom en wanneer van sterven, is doodgaan op

een specifieke manier of een speciaal moment mogelijk minder zinloos en toevallig, zelfs te zien als onderdeel van een groter geheel van oorzaken, gevolgen en levenslessen. Als regressie- en reïncarnatietherapeut ga ik ervan uit dat pijn onderdeel kán uitmaken van wat een ziel hier op aarde in een mensenlichaam komt doen: leren omgaan met geboren worden, leven, emoties, relaties, situaties, sterven...

Hoe je met pijn en het sterfmoment omgaat, is zielsafhankelijk. Het ene leven heb je omstandigheden waaronder je sterft niet zelf in de hand (plotselinge dood door een ongeluk, vermoord), in een ander leven heb je die mogelijkheid wel, door eventueel te kunnen kiezen voor euthanasie. In een voorgaand leven kon je misschien geen afscheid nemen van dierbaren voordat je stierf, nu kun je wellicht met euthanasie het tijdstip van sterven beïnvloeden en vooraf bewust(er) afscheid nemen van degenen van wie je houdt.

Vriend D., inmiddels overleden, werd bij zijn verzoek tot euthanasie ondersteund en goed geholpen door zijn huisarts. Na een lang ziekbed kreeg hij daags voor zijn geplande overlijden een bijzonder inzicht. Hij vertelde me, dat hij 'de arts die hem nu een spuitje ging geven' herkende uit een eerder bestaan.

In een vorig leven stonden D. en de arts als jonge mannen tegenover elkaar als vijanden op een strijdveld, elkaar bevechtend met zwaarden tot de dood erop volgde. Bloederige taferelen, verre van pijnloos.

In het hier-en-nu herstelden D. en zijn arts, onder andere door hun vele gesprekken over de naderende,

zelfgekozen dood van D., het eens zo verstoorde evenwicht in hun relatie. Voor D. was dit spontane inzicht van groot belang; hij ervaaarde zijn huidige sterven als 'rustig en minder bloederig'. Hij keek uit naar euthanasie, zijn zachte dood, thuis in zijn eigen bed, in het bijzijn van familie die van hem hield én een 'oude vijand' met wie hij ondertussen bevriend was geraakt.

Ingrijpen?

Als wij, mensen, een pijnlijk sterven als zielservaring zouden kunnen zien in het kader van reïncarnatie en een levensles op het gebied van emoties en relaties, nodig om spiritueel te groeien, zouden we dan minder snel euthanasie overwegen en ons huidige leven op zijn beloop laten?

Wat mijn oma betreft, was het nodig voor haar zielsontwikkeling dat ze leerde omgaan met een haperend lichaam, teruglopende gezondheid op lichamelijk en geestelijk niveau? Profiteerde haar ziel optimaal van levenslessen die dat opleverde? Was het beter geweest de dood vroeger te laten komen dan gepland? Of had ze juist met keuze voor euthanasie ingegrepen op de route die ze als ziel moest afleggen op haar levenspad?

Als helderziende kan ik nu en dan een blik werpen 'vooruit in de tijd'. Bij de ene persoon staan grote toekomstgebeurtenissen, zoals een sterfmoment, 'vast in de tijd', daaraan valt niet te tornen; bij een ander is op termijn nog van alles mogelijk en kan het sterfmoment verschuiven, naar voren, dichterbij, of naar achteren,

verder weg in de tijd. Ik vind dat apart, maar ben er nog niet uit of dit te maken heeft met de 'vrije wil' van de mens of met iets anders.

Aan de hand van paranormale ervaringen in mijn eigen leven begrijp ik steeds meer over de wereld van de levenden en de onzichtbare wereld van de doden, en andere dimensies waar zielsenergieën tijdelijk vertoeven voordat ze opnieuw incarneren.

Als ziel koos ik mijn ouders vóór mijn geboorte al uit, daarbij lettend op een juiste *match* ouders + zielsenergie + lichaam om een leven lang van alles te kunnen leren als mens. Mijn gekregen tijd op aarde zit ik graag helemaal uit, met alle plussen en minnen die voor mij als ziel bij dit lichaam dat ik nu heb, horen. Inclusief *ups & downs* en gezondheidsperikelen die ik tegen kan komen. Euthanasie vind ik een prachtig middel voor anderen om in te zetten bij het sterven, maar is voor mij geen geschikte optie. Ik wil als ziel zoveel mogelijk leren in en dankzij dit vrouwenlichaam, zelfs over pijn en hoe te sterven.

Meningen van collega's

Op Facebook informeerde ik binnen mijn kennissen- en vriendenkring of er regressie- en reïncarnatietherapeuten waren met een uitgesproken mening over euthanasie met betrekking tot reïncarnatie. Hieronder volgen een paar reacties.

Therapeut Yvonne Maree: "Ik ben van mening dat wij als ziel autonoom recht hebben om zelf te beschikken

over ons lichaam en leven. En dat we zelf mogen beslissen wanneer we 'naar huis' gaan. Zeker wanneer je dit leven plaatst in het grotere geheel van de reis van onze ziel door vele incarnaties heen. Waar we als mens het meeste last van hebben, zijn de keren dat we onbewust zijn gestorven of dat ons het leven is benomen op een manier dat alle macht over onszelf werd afgenomen. Het kan naar mijn mening een zeer helende beweging zijn om zelf het beslissende woord te mogen hebben. Hiermee kan een cyclus van machteloosheid doorbroken worden. Ik heb het gevoel dat dit ook in het levenseinde een grote opluchting met zich mee kan brengen en een volgende incarnatie vrijer maken."

Vriendin Inge B., die geen therapeut is, meldde: "Ik denk soms als het sterven in een vorig leven een ontzettende lijdensweg is geweest, dat je dan daar de lering uit hebt kunnen halen van 'dat nooit meer'. Waardoor in een overeenkomstige situatie, in een ander leven, euthanasie onderdeel uitmaakt van een 'groeiproces'. En dat het los kan staan van een leven al dan niet 'niet voltooien'."

Therapeut Willemijn Luyendijk reageerde daarop met: "Precies! Je voltooit dan misschien niet het huidige leven tot het einde, maar je voltooit wel een trauma uit een vorig leven." En "Spiritueel gezien vind ik, dat iedere ziel zijn/haar eigen keuzes mag maken. Er staat geen straf op van 'hogerhand', naar mijn weten."

Therapeut Laura Dagers-de Koning stelde: “Zelf denk ik dat je *niet* je leven moet nemen. Omdat dit kan doorwerken in je volgende levens.”

Meningen van collega's overlappen elkaar of vullen elkaar aan. Volgens mij heeft ieder mens, iedere ziel, de vrijheid zelf zijn/haar weg te kiezen, ook daar waar het gaat om een keuze voor euthanasie. Ik respecteer ieders mening en vind het een goede zaak dat een moeilijk onderwerp als euthanasie van verschillende kanten belicht wordt, óók vanuit de reïncarnatie-gedachte.

Bewust sterven

Facebookkennis Annie L. schreef: “Ik denk dat een en ander afhangt van bewust afscheid nemen of sterven, al dan niet met hulp. Met actieve of passieve euthanasie neemt iemand (hopelijk) bewust afscheid. Misschien wel bewuster dan iemand die plots komt te overlijden...”

Ik ben het met haar eens. Het is echt van belang dat degene die euthanasie ondergaat ten volle beseft dat het lichaam waarin hij/zij tijdelijk als ziel zit, ophoudt te bestaan, dat het leven werkelijk eindigt, dat er goed afscheid genomen wordt van dierbaren die achterblijven, dat er qua emoties geen losse eindjes meer zijn. Pas dan kan zielsenergie zich voor de volle honderd procent losmaken van een gestorven lichaam om verder te reizen naar andere sferen, op naar volgende incarnaties.

Therapeut Charlotte Muthesius gaf aan: “Ik vind het heel moeilijk om hierover een mening in het algemeen te hebben. Het varieert van geval tot geval. Er worden kinderen met narcose geboren en er sterven mensen onder narcose. Het is belangrijk dat degenen wier sterven met verdovende middelen wordt ingeleid, bewust dat kunnen beslissen en hun ‘huis’ op orde hebben gebracht. Een goede begeleiding is eerste vereiste en dus ook een goed afscheid van nabestaanden en van het leven, al dan niet met gemiste kansen. Als er liefde om die mens is, is euthanasie niet schadelijk, denk ik.”

Therapeut Anita Groenendijk meldde: “Ik heb gemerkt dat mensen vaak nog (delen) van overledenen met zich meedragen die gestorven zijn onder invloed van morfine. Juist door de morfine raakt een deel van de geest verdwaald en hecht zich dan aan de meest openstaande/daarvoor gevoelige naaste. Als we dat op het spoor zijn gekomen laat ik de achtergeblevene, die mijn cliënt is, helpen de morfine-energie uit te blazen, waarna de overledene alsnog helemaal naar de zielenwereld kan. Ik ben geen tegenstander van euthanasie, er zit zoveel aan vast, maar ik ben wel een voorstander van betere nazorg aan overledenen. Bij een plotseling sterven, of sterven onder invloed van geestbeïnvloedende middelen zoals morfine blijft vaak een deel van de persoon in verwarring achter en hecht zich aan een plek of persoon, en dat kan voor zowel de gestorvene als mensen die ermee in aanraking komen ongewenste effecten hebben.”

Gevolgen van pijn mijden bij het sterven

Ook ik kom in privé-situaties - ervaringen met familie, vrienden en kennissen die voor euthanasie kozen en stierven - en als therapeut, bij cliënten in mijn praktijk (sterfervaringen in vorige levens), zelfs bij mijn overleden huisdieren die door de dierenarts een euthanasiespuitje toegediend kregen, vergelijkbare zaken tegen. Toegediende of ingenomen verdovende medicatie (morfine, drugs, grote hoeveelheden alcohol, vergif, medicinale papjes in vorige levens) vlak voor een sterfmoment zorgt er in ruim driekwart van de gevallen voor dat de ziel na het sterven van het lichaam niet helemaal begrijpt dat het een dood lijf kan en mag verlaten. Gedurende korte of langere tijd raakt de ziel de weg kwijt. Het gevolg: legio zielsenergieën/entiteiten die niet op doorreis gaan naar volgende levens, maar blijven ronddolen in de buurt van personen die ze kennen of bij locaties waar ze stierven. Een ander nadeel van 'verdoofd sterven', is dat de ziel rondom het sterfmoment in staat is woorden/gesprekken van omstanders te registreren, maar niet goed kan plaatsen of dit woorden/gedachtes zijn van hem/haarzelf of anderen. Fluistert iemand zachtjes 'ik hou van je, ik laat je gaan of goede reis', dan is dat best in orde. Sterft iemand onder verdoving terwijl hij/zij akelige verwensingen als laatste opvangt, dan kunnen dergelijke beladen woorden in volgende levens helaas negatief doorwerken.

Heel bewust sterven, zonder verdovende middelen, ervaren wat er in je lichaam gebeurt en begrijpen dat je lijf sterft, en tegelijkertijd goed (emotioneel) afscheid nemen van wat en wie je achterlaat, doet een ziel beseffen hoe en wanneer een bepaald leven stopt. Dat kan met enorme pijn samengaan, maar levert ten positieve op dat de zielsenergie die het lichaam verlaat sneller, makkelijker en als geheel verder kan zonder 'te blijven hangen'.

Leren

We staan pas aan het begin van ontdekken hoe het zit voor de mens op het gebied van leven, dood en wedergeboorte. Sta je open voor het idee van reïncarnatie, dan kun je op een dag het 'moeten sterven' hopelijk in een breder kader plaatsen en dat zien als leerproces. In het ene leven sterven we volkomen onverwacht, in een ander leven zien we het sterven lang tevoren aankomen en is euthanasie mogelijk een vrije keuze. Ieder mens krijgt te maken met doodgaan; ons lichaam is eindig, onze ziel onsterfelijk.

Met dank aan Inge B., Annie L. en regressie- en reïncarnatietherapeuten Laura Dagers-de Koning, Anita Groenendijk, Willemijn Luyendijk, Yvonne Maree en Charlotte Muthesius (quotes via Facebook).



6. AUTOMUTILATIE

In de reguliere zorg- en hulpverlening worden patiënten die in hun eigen lichaam krassen of snijden in het hokje *borderliner* gestopt. In mijn praktijk pak ik psychisch en lichamelijk lijden van cliënten anders aan. Kan automutilatie in verband gebracht worden met vorige levens?

Zelfbeschadiging, automutilatie. Met een scherp voorwerp je eigen huid bewerken. Zo veel emotionele pijn hebben van binnen, dat je jezelf aan de buitenkant beschadigt. Afhankelijk van het voorwerp waarmee dat

gebeurt, bijvoorbeeld een stukje glas, een schaar, zakmes of scheermesje, én met welke gedachten die handelingen gepaard gaan, kan automutilatie mogelijk terug te voeren zijn op trauma's uit vorige levens.

Eveline – scheermes

Veertienjarige Eveline verwondde zichzelf aan de binnenzijde van beide polsen, telkens met een scheermesje. Andere lichaamsdelen liet ze ongemoeid. Bij het snijden in haar huid dacht ze regelmatig "Ik wil dood, ik kan het niet meer aan". Nú vond Eveline haar leven moeizaam verlopen. Niet alleen omdat ze hooggevoelig was en moeite had met alle prikkels die van buitenaf op haar afkwamen, maar ook omdat ze telkens op verkeerde jongens viel. Emoties wisselden elkaar voortdurend af. Verliefd, in de steek gelaten, verdrietig, wanhopig, alleen.

In een van haar vorige levens was ze een getrouwde volwassen vrouw die het leven met haar man, een notoire vreemdganger, niet langer aankon. Die vrouw liet op een dag de badkuip vollopen met water, ging erin zitten en pleegde zelfmoord door haar polsen door te snijden met het vlinderscheermes van haar echtgenoot. "Ik voel hoe het bloed over mijn polsen stroomt. Als hij me dadelijk dood vindt in bad, zal hij zien wat hij me aandeed", was het laatste wat ze dacht. Onbedoeld hanteerde Eveline nu hetzelfde patroon zodra vriendjes niet genoeg om haar gaven en er met een ander meisje vandoor gingen. Ze voelde zich bedonderd, in de steek gelaten, alleen, wanhopig,

waardeloos... Gevoelens die haar herinnerden aan hoe om te gaan met pijn, de vorige keer. Door beide polsen opnieuw met een hedendaags scheermesje te beschadigen herleefde ze ongewild het badkuipmoment en de laatste ogenblikken dat ze nog in leven was, toen ze haar ontrouwe partner van weleer wilde laten zien welke pijn hij bij haar had veroorzaakt.

Eveline leerde met behulp van sessies reïncarnatietherapie hoe ze het zelfmoordtrauma kon verwerken en afronden. Ze hoefde niet meer te reageren op pijnlijke situaties zoals toen. Er zijn andere manieren om met teleurstellingen in de liefde om te gaan. Ze kan vriendjes uitzoeken die beter bij haar passen dan de vreemdgaande partner uit het voorbije leven. Eveline stopte met automutilatie, al had ze nog een lange weg te gaan voordat ze zichzelf echt de moeite waard vond om te mógen leven.

Kevin – zakmes

Zeventienjarige Kevin sneed met een zakmes in zijn armen, benen en buik, tot bloedens toe. Telkens genazen zijn wonden, waarna hij zijn huid weer opnieuw bewerkte. En opnieuw. Kevin was trots op zijn littekens, maakte er steeds meer bij. Op school en tussen leeftijdsgenoten voelde hij zich slecht begrepen, maar als hij met zijn mes bezig was voelde hij zich sterk: “Ik ben er trots op dat ik het zo lang kan volhouden als mijn wonden bloeden”, zei hij.

Een vorig bestaan dat Kevin nog parten speelde, was een leven als krijgsgevangene die doodgemarteld werd.

Voordat hij stierf werd de gevangene telkens uit zijn cel gehaald, ontbloot opgehangen en met messen bewerkt. Weer opgesloten en opnieuw gemarteld, totdat hij iets zou bekennen. De laatste gedachten voor het sterven, terwijl hij een mes op zijn huid voelde om hem aan het praten te krijgen, waren: "Ik vertel ze niet hoe het zit".

Gevoelige Kevin werd nu geregeld uitgescholden omdat hij zijn hulpvaardige kant toonde aan anderen. Om zich te weren tegen belagers die hem uitscholden voor mietje, achterna zaten en klemreden met scooters, greep hij onbewust terug op een oude reactie. Eentje die hoorde bij de opgesloten krijgsgevangene die gemarteld werd en "sterk bleef, niet wilde vertellen wat hij wist". Deze zielsherinnering aan pijnlijke wonden sterkte Kevin nu in 'volhouden'.

Door hem te laten begrijpen dat de marteling bij een vorig leven hoorde en was geëindigd en dat 'je groot en sterk houden' niet verbonden hoeft te zijn met een bloedende huid, leerde Kevin zich verbaal weren in plaats van zichzelf met een zakmes te pijnigen.

Wonden dicht

Het ontbreekt mensen die de eigen huid bekrassen of insnijden in veel gevallen aan emotionele stevigheid. Oorzaken daarvoor zijn verschillend van aard. De oorzaken waar ik me als reïncarnatietherapeut mee bezig houd zijn nogal eens te vinden in gedachten uit onverwerkte trauma's uit het verleden - uit ons huidige

leven, maar ook uit voorbije levens - die zonder dat we dat willen of weten nawerken.

Mensen die zichzelf pijn doen kunnen onbewust beïnvloed worden door situaties en gedrag uit hun verleden(s). Wanneer ze daar zicht op krijgen, kunnen ze destructief gedrag in het hier-en-nu veranderen, aanpakken en desgewenst doen stoppen. In een vroegere situatie waren specifieke gedachten mogelijk geheel juist, maar inmiddels niet meer passend omdat omstandigheden zijn veranderd. Zulke inzichten kunnen helpen bij het beter begrijpen van het huidige leven en ervoor zorgen dat automutilatie als herhaalgedrag uit het verleden voor een cliënt niet meer nodig is.

Echter, als patiënten niets op hebben met reïncarnatie of vorige levens, of als ze zich veiliger voelen bij reguliere hulpverleners, is dat ook prima. Misschien komt iemand die zichzelf beschadigt juist in de reguliere zorg hulpverleners tegen die hem of haar uitstekend helpen. Ieder levenspad is anders. Opgelopen krassen op de ziel kunnen op vele en goede andere manieren worden weggepoetst.

Ik pleit graag voor een *open mind* met betrekking tot oorzaak en gevolg van automutilatie. Liever, dan dat ik vind dat iedere 'open wond' door een reïncarnatietherapeut zou moeten worden behandeld



7. POSTTRAUMATISCHE DYSTROFIE

In het *Psychologie Magazine* kwam ik een keer een artikel tegen van Anne Pek over de gangbare aanpak van chronische pijn én de handelwijze van revalidatie-onderzoeker Jeroen de Jong. Hij ontwikkelde voor patiënten met posttraumatische dystrofie en andere onverklaarbare pijnklachten een nieuwe methode. In tegenstelling tot de gangbare aanpak van chronische pijn, het onder controle krijgen ervan, laat hij pijnpatiënten 'door de pijn heen gaan'. Zijn werkwijze wordt als revolutionair beschreven, maar er zijn veel overeenkomsten met reïncarnatietherapie.

Reïncarnatietherapeuten gaan met hun cliënten tijdens het therapieproces terug naar de bronoorzaak van pijn: onverwerkte trauma's in het verleden - al dan niet het huidige leven of in voorgaande levens - om vervolgens alsnog 'door de oude pijn heen te gaan' opdat er heling plaatsvindt.

Toch is het niet altijd nodig 'door de pijn heen te gaan'. Ook inzichten hoe heden en verleden verknoopt zijn geraakt door de tijd heen, kunnen pijn- en probleemoplossend werken. Bij therapeutisch werken met ervaringen uit vorige levens is het vooral van belang situaties in verleden en heden van elkaar te scheiden zodat cliënten beseffen dat beperkende (pijn)gedachten uit het verleden, nú niet meer gelden.

In het artikel dat ik las in *Psychologie Magazine* zegt Jeroen de Jong, dat als patiënten gefixeerd raken op hun pijnklacht, ze alles gaan doen om de pijn te mijden waardoor ze dingen verliezen die juist afleiding kunnen geven, zoals werk, sport, sociale contacten. Ze raken in een neerwaartse spiraal.

In die uitspraak kan ik me vinden. In de revalidatiewereld hanteert men de regel dat patiënten moeten stoppen wanneer ze na bewegen meer pijn rapporteren. De Jong vroeg zich af wat er zou gebeuren als hij een patiënt door de pijngrens heen zou laten gaan. Hij illustreert dit aan de hand van een praktijkgeval.

Hein (48) onderging een routinematig bloedonderzoek. De verpleegster prikte verkeerd en raakte een zenuw in zijn arm. Hierna kreeg hij last van pijnklachten die niet

in verhoudingen stonden tot de aanleiding. Twee jaar lang zat hij in een rolstoel met een verkrampste rechtervoet. Lopen was onmogelijk, totdat hij onder begeleiding van De Jong 'door de pijn heenging' en zijn zere voet gewoon weer ging gebruiken.

Sudeckse of posttraumatische dystrofie

Dergelijke praktijkgevallen vind ik altijd interessant. Hoe meer persoonlijke, emotionele uitspraken van een patiënt/cliënt in een interview of artikel gebruikt worden, hoe meer informatie ik er wat betreft vorige levens uit kan halen.

Volgens Wikipedia is Posttraumatische dystrofie (PD): “ook wel Sudeckse dystrofie genoemd met als officiële nieuwe benaming complex regionaal pijnsyndroom (CRPS) , een slecht begrepen aandoening die soms aan een ledemaat kan ontstaan, meestal aan voet of hand, na letsel, vaak een opvallend klein of relatief onbeduidend letsel, zoals een lichte verstuiking of zelfs een prik van een injectienaald of een doorn. Hierdoor wordt het vegetatieve systeem ontregeld en herijkt zich daarna verkeerd zodat de vegetatieve veranderingen waaronder pijn blijven aanhouden”.

Posttraumatische dystrofie kán samenhangen met ervaringen uit vorige levens. Door een bepaalde gebeurtenis waarbij een hedendaagse situatie veel overeenkomsten vertoont met de oorspronkelijke ervaring of trauma in het verleden, kan lichamelijk letsel opnieuw in iemands bewustzijn worden ge-

activeerd. Het huidige lichaam raakt van de overeenkomsten in de war en reageert automatisch, net zoals het lichaam dat de pijn in het verleden werkelijk voelde, in een vorig leven.

Reïncarnatietherapeuten gaan met hun cliënt in lichte trance terug naar die oude gebeurtenis om deze alsnog te verwerken: emotioneel en lichamelijk. De cliënt gaat door de (oude) pijn heen en leert begrijpen via inzicht en emotionele verwerking, dat 'toen' heel anders is als 'nu'. Het huidige lichaam hoeft zich niet langer vast te klampen aan iets wat lang geleden gebeurd is.

Ruggenprik

Enkele cliëntvoorbeelden uit mijn praktijk reïncarnatietherapie:

Anja (45) krijgt bij de bevalling van haar kind een ruggenprik toegediend. De eerste prik gaat klungelig, de tweede prik gaat goed. Drie dagen later heeft ze last van benen vol blauwe plekken en loopt ze moeilijk. Ze houdt na de bevalling pijnklachten aan haar linker bovenbeen. Diagnose: posttraumatische dystrofie.

De bevalling van haar kindje en de ruggenprik triggerden een vorig leven van Anja waarin ze een prostituee was. De prostituee was verslaafd aan morfine. Ze injecteerde zichzelf telkens in het linker bovenbeen en stierf aan een overdosis terwijl ze zwanger was.

Heden en verleden zijn op onbewust niveau door elkaar gaan lopen op het moment van ruggenprik bij de bevalling. Anja's huidige linkerbeen herinnerde zich een

oude pijn. Dankzij inzicht en verwerking van emoties uit het bijbehorende vorige leven, kon Anja zich weer op het heden concentreren.

Insectenbeet

Jarno (37) gaat op trektocht naar de Ardennen met zijn beste vriend Kees. Ze hebben geluk, het is prachtig zomers weer. Een week trekken ze rond met hun tentje in de hitte. Allebei worden ze veelvuldig geplaagd door insectenbeten. Kees heeft nergens last van, behalve wat jeuk. Jarno wordt een paar keer gestoken door een insect in zijn voet. Behalve jeuk, heeft hij weken later nog steeds een opgezwollen voet en maanden daarna nog steeds een opgezwollen voet met blaren. Diagnose: posttraumatische dystrofie.

Jarno was in een vorig leven een vrouw, een woestijnnomade. Vriend Kees van nu, was toen een van zijn familieleden. Op een dag werd de vrouw gebeten door een giftig insect terwijl ze voedsel verzamelde voor haar familie. De insectenbeet had tot gevolg dat haar voet verlamd raakte. In de hitte van de woestijn strompelde ze terug naar haar tentwoning. De voet was opgezwollen, vertoonde blaren. In dat leven kwam het gevoel in die voet nooit meer terug.

Op het moment dat Jarno en Kees in de Ardennen geplaagd werden door vele insectenbeten, was Jarno's voet het lichaamsdeel dat zich iets van vroeger herinnerde. De voet herinnerde zich blaren en verlamming. De extreme zomerse hitte triggerde het woestijnleven, en door het samenzijn met Kees (een

vroeger familielid uit dat vorige leven) begonnen zaken door elkaar te lopen.

Een reïncarnatietherapeut helpt bij het inzicht verleden en heden uit elkaar te halen, zodat de voet weer in het juiste leven 'rondloopt'.

Bloed doneren

Gezonde Michelle (18) doneert voor het eerst van haar leven bloed. De zuster doet vakkundig alle handelingen. De arm waarvan bloed afgetapt wordt, kleurt blauwig en zwelt op tot ongekende afmetingen. De bloed-donatie wordt gestopt. De zuster heeft nog nooit een dergelijke allergische reactie gezien. Een half jaar later kan Michelle haar arm amper bewegen. Diagnose: posttraumatische dystrofie.

Michelle heeft in een vorig leven als man, een militair, gediend in het Amerikaanse leger in Korea, in de jaren vijftig van de vorige eeuw. Bij een aanval van de vijand verloor de militair door een granaatinslag een deel van zijn arm. Hij werd gehospitaliseerd en kreeg bloedtransfusies. Nadat zijn hele arm geamputeerd moest worden, overleed hij kort daarna aan de gevolgen van een infectie.

Michelles lichaam herinnert zich als het ware 'een geamputeerde arm uit een vorige leven' op het moment van bloedtransfusie in haar huidige leven. Zij (en haar arm) raakten het overzicht kwijt.

Een reïncarnatietherapeut helpt bij verwerking van het onaffe leven van de militair, zodat de Michelle weer

weet dat het anno nu een lichaamsdeel bezit (de arm), dat gezond is en normaal kan functioneren.

Oplossingen om pijn te verminderen

Doktoren zoeken in het hier-en-nu naar aanwijsbare verklaringen en oplossingen bij posttraumatische dystrofie. Logisch, dat is hun vak. Maar als hun zoekgebied groter zou zijn (bijvoorbeeld oorzaken in vorige levens om pijnorzaken en -oplossingen te vinden) kunnen ze wellicht meer patiënten van hun pijn afhelpen. Jeroen de Groot heeft *zijn* manier gevonden om patiënten te helpen: door de pijn heengaan. Reïncarnatietherapeuten hebben *hun* manier gevonden om te werken met cliënten en onverklaarbare pijnklachten. Zij gaan met cliënten door oudere pijn heen, uit voorbije levens.

In een aantal revalidatiecentra van ziekenhuizen in Nederland wordt geëxperimenteerd met de Macedonische methode: pijn negeren en zich richten op het weer laten functioneren van aangetaste ledematen.

Hoe meer mensen onderzoek doen, des te meer oplossingen ze vinden. Voor elk wat wils.

Geef mij maar 'werken met vorige levens'.



8. GEHEIMEN

Kun jij een geheim bewaren? Volgens wetenschappelijke onderzoeken schijnen mensen maximaal 47 uur een geheim te kunnen bewaren. In mijn praktijk moet ik toch anders concluderen. Cliënten blijken heel goed in staat jarenlang te zwijgen over belangrijke persoonlijke zaken of traumatische gebeurtenissen. Bewust of onbewust.

Als cliënten tijdens consulten geheimen aan me toevertrouwen, dan houd ik die keurig netjes voor me. Cliëntendossiers zijn strikt vertrouwelijk. Verhalen over

praktijkervaringen van cliënten verschijnen pas in mijn boeken als hiervoor akkoord is verkregen van de persoon in kwestie.

Mensen die een geheim of persoonlijk leed uit hun verleden met zich meedragen en daarover niet spreken met anderen, lopen de kans dat hun lichaam daarop negatief reageert. Ze kunnen last krijgen van allerlei kwalen. Ze slikken bijvoorbeeld hun woorden in en krijgen keelproblemen. Ze dragen een last met zich mee en ontwikkelen rugpijn en/of schouder- en nekklachten. Ze proberen wanhopig iets uit hun gedachten te bannen, met vergeetachtigheid tot gevolg.

Emotionele zaken uitspreken, 'het geheim' energetisch uit je lichaamssysteem zetten, bevordert de gezondheid. Slik- en keelproblemen en rugklachten kunnen verdwijnen, en een blokkerend geheugen verbetert.

Vorige levens en geheimen

Wanneer een cliënt tijdens een consult over zijn of haar geheim begint en daarover vertelt, zal ik in bijna alle gevallen ook achterliggende redenen proberen op te sporen. Soms is niet alleen sprake van angst voor hoe anderen zullen reageren op de onthulling van een geheim, maar kunnen ook trauma's uit een ver verleden, zoals ervaringen uit vorige levens, ermee te maken hebben. Oudere ervaringen die een extra slot zetten op het durven praten over iets geheims, omdat 'een geheim' verbonden is geraakt met een akelige gebeurtenis uit voorbije levens, zoals:

- Verraad met traumatische gevolgen (bijvoorbeeld tijdens een leven in de Tweede Wereldoorlog op een geheime plek ondergedoken zitten, verraden en afgevoerd worden naar een kamp);
- Deel uitmaken van een geheim geloofsgenootschap met nare gevolgen (bijvoorbeeld Katharen die in de Middeleeuwen op de brandstapel terechtkwamen of samscholende Christenen aan het begin van onze jaartelling, die bang waren voor vervolging);
- Vervloekingen tijdens geheime tempelrituelen (Priesters en priesteressen in mysteriescholen in Soemerië en oud-Egyptische tijden spraken inventief vervloekingen uit over hun slachtoffers 'tot vele incarnaties hierna').

Wanneer zulke levens nawerken in het huidige leven van cliënten, is het van belang deze oude geheimen te onthullen, bijbehorende trauma's te verwerken en de levens af te sluiten. Emotioneel en/of energetisch. Cliënten met een geheim gaan daardoor anders aankijken tegen hun huidige probleem en durven ineens wel hun probleem of geheim bespreekbaar te maken. Dat doen ze, omdat ze beseffen dat een oude vloek is opgeheven of dat een leven waarin ze ooit vervolgd werden, is afgelopen.

Schrijven helpt

Wanneer je kampt met een recent geheim of probleem, kun je de zaken voor jezelf op een rij zetten op papier. Iets van je afschrijven kan wonderen verrichten

voor je lichamelijke gestel. Nog beter, is om dat wat je opschrijft op papier na afloop hardop voor te lezen, te uiten. Daarmee plaats je energetisch een probleem buiten jezelf en neem je symbolisch gezien meer afstand. Je kunt ook een gesprekspartner zoeken die je vertrouwt, om daar je probleem neer te leggen of mee te delen. Erover schrijven of praten lucht op.

Tips

- Weeg zorgvuldig voor- en nadelen af van je ont-hulling.
- Ga na bij jezelf wat je motief is om dit geheim te gaan delen met anderen. Wordt er iemand beter van? Als je het vooral wilt vertellen omdat het oplucht, kun je dat misschien beter anoniem doen op een internetforum dat hiervoor geschikt.
- Bedenk goed aan wie je je geheim doorvertelt. Hoe klein of groot is het doorvertelrisico?
- Vraag je af, waarom je dingen voor je houdt. Het is niet zozeer het geheim dat ongezond is, maar meer de karaktertrek om niet iets met anderen te kunnen delen.
- Vertel het ten minste aan één persoon. Een geheim bij je dragen is niet gezond. Zodra je het met iemand deelt, vervalt het negatieve gezondheidsaspect.
- Je kunt een geheim (of probleem) kwijt in gesprekken bij psychiaters, psychologen, geestelijken en gekwalificeerde therapeuten. Zij hebben een beroepsgeheim en horen zaken binnenskamers te houden. Vertrouw daarbij ook op je eigen intuïtie.

Andere manieren

- Onthul je geheim in delen. Peil hoe anderen tegen bepaalde zaken aankijken en reageer daarop met iets meer of niets meer vertellen.
- Schrijf je geheim op. In een dagboek of in een brief die pas na overlijden mag worden geopend.
- Deel je geheim op in stukjes. Vertel (verdeel) de stukjes over meerdere personen.
- Geef vage informatie zonder echt concreet te worden.

Heb jij een geheim of een probleem waarover je amper durft te praten? Voorkom dat je er ziek van wordt en gebruik bovenstaande tips.

Tot slot: heb je herinneringen aan vorige levens maar kun je daar met niemand in je omgeving over praten? Vanwege je geloof? Omdat ze het gek vinden? Je mag mij altijd (anoniem) mailen.

WIE MAAKTE DIT E-BOOK ?



[Marianne Notschaele-den Boer](#) (1960) is sinds 1993 werkzaam als regressie- en reïncarnatietherapeut en auteur van vele boeken en artikelen over werken met inzichten uit vorige levens en reïncarnatie(therapie). Voor het spirituele maandblad *ParaVisie* schrijft ze sinds 2016 iedere maand een nieuw verhaal.

[Blog Vorige Levens](#)

www.vorigelevens.nl

e-Mail: rhapublishing@gmail.com

BOEKEN VAN MARIANNE NOTSCHAELE

Klik op de afbeeldingen van de boekcovers voor meer informatie



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)**

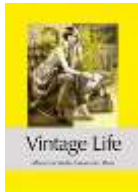
Ankertje, uitgave van AnkhHermes. Cliëntverhalen reïncarnatietherapie
Papieren boek + digitaal



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

Verhalen van diverse auteurs over reïncarnatie en vorige levens naar aanleiding van een verhaalwedstrijd, samengesteld door Marianne Notschaele

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)**

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

Papieren boek



***Hé, waar ken ik je van?* (2010)**

Clïëntverhalen reïncarnatietherapie over relaties, elkaar (her)kennen uit vorige levens
Papieren boek



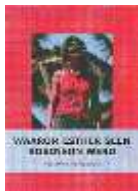
***Ik was eens...* (2009)**

Verhalen van cliënten uit de praktijk reïncarnatietherapie
Papieren boek



***Diehards in de war* (2009)**

Verhalen over vorige levens in oorlogstijd, van cliënten uit de praktijk reïncarnatietherapie
Papieren boek



***Waarom Esther geen Robinson werd* (2006)**

Verhalen uit de praktijk regressie- en reïncarnatietherapie. Procestherapie en vorige levens
Papieren boek



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

Prentenboekje voor jonge kinderen. Over bedplassen en nachtelijke vliegdrumen. Tekst en idee Marianne Notschaele, tekeningen Hilbert Bolland
Papieren boek. Uitverkocht. Nu 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.

[Klik hier voor directe link naar bol.com – aankoop beschikbare boeken van Maranne Notschaele](#)

Marianne Notschaele werkte mee aan de volgende boeken:

In 2018 verschijnt een nieuw boek van Titus Rivas en Han Kuik over reïncarnatie en leven na de dood (titel nog niet bekend) met daarin een interview dat Hank Kuik had met Marianne Notschaele over werken met vorige levens.



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

Auteur Ellen Scheffer

Hoofdstuk met daarin een verwerkt 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

Hoofdstuk, geschreven door Marianne Notschaele, over reïncarnatie, vorige levens en de Tweede Wereldoorlog, met cliëntcase (bl. 35-46)



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

Auteur Frank van der Meijden

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