

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

### Slaapprobleem anders benaderen

Als reïncarnatietherapeut kijk ik geregeld anders aan tegen ziekte, stoornissen of 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 degelijk verklaarbaar en vanuit vorige levens bekeken zelfs oplosbaar; ook wanneer het slaapprobleem betreft. Niet ieder gezondheidsprobleem valt te verklaren vanuit voorbije levens. Toch heb ik in ruim twintig 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 slaapproblemen van nu corresponderen - alsnog verwerken en afronden.

### Vorig leven & narcolepsie

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 ineens. 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 ziektewet in. Met een verpleegster die zonder aanleiding op de werkvloer in slaap viel kon het ziekenhuis niet zoveel.

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 voor 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 vaak stomdronken en ernstig ondervoed. Op een nacht werd hij in stervende toestand vervoerd naar een ziekenhuis. Daar kreeg hij een verdovend middel toegediend om sneller 'in te slapen'. Dronkenschap in combinatie met het verdovende middel zorgde ervoor dat de zwerver niet beseftte dat zijn lichaam ermee ophield. Het laatste wat de zwerver nog bewust meemaakte en hoorde, was de stem van een verpleger: 'Hier gaat u goed van slapen'.

### 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

Interessant gegeven: het 'zomaar overdag in slaap vallen' begon bij MarieLouise toen ze voor het eerst stage liep in een ziekenhuis als leerling-verpleegster. 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