

Krassen op ziel

In de reguliere zorg- en hulpverlening worden patiënten die in hun eigen lichaam krassen of snijden meestal in het hokje 'borderliner' gestopt. Reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele-den Boer pakt in haar praktijk psychisch en lichamelijk lijden van cliënten anders aan. Kan automutilatie in verband gebracht worden met vorige levens?

Tekst: Marianne Notschaele-den Boer

Zelfbeschadiging, automutilatie. Met een scherp voorwerp je eigen huid bewerken. Zó veel emotionele pijn hebben vanbinnen, dat je jezelf aan de buitenkant beschadigt. Afhankelijk van het voorwerp waarmee dat gedaan wordt, 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 één 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 emotioneel kon verwerken en afronden. Ze hoefde niet langer op dezelfde manier te reageren op pijnlijke situaties als 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 doodge-marteld 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 vaak 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, die 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 al lang was geëindigd en dat 'je groot en sterk houden' niet verbonden hoeft te zijn met een bloedende huid, leerde Kevin zich verbaal te weren in plaats van zichzelf met een zakmes te pijnigen.

WONDEN DICHTEN

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

en huid

ons huidige leven, maar ook uit voorbije levens – die zonder dat we dat willen of weten lang 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, gezien de veranderde omstandigheden, niet meer passend. 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, dan 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, goede en andere manieren



**'Automutilatie is mogelijk
terug te voeren op
trauma's uit vorige levens'**

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. •

© Tekst: RHA Publishing,
Marianne Notschaele-den Boer,
www.vorigelevens.nl