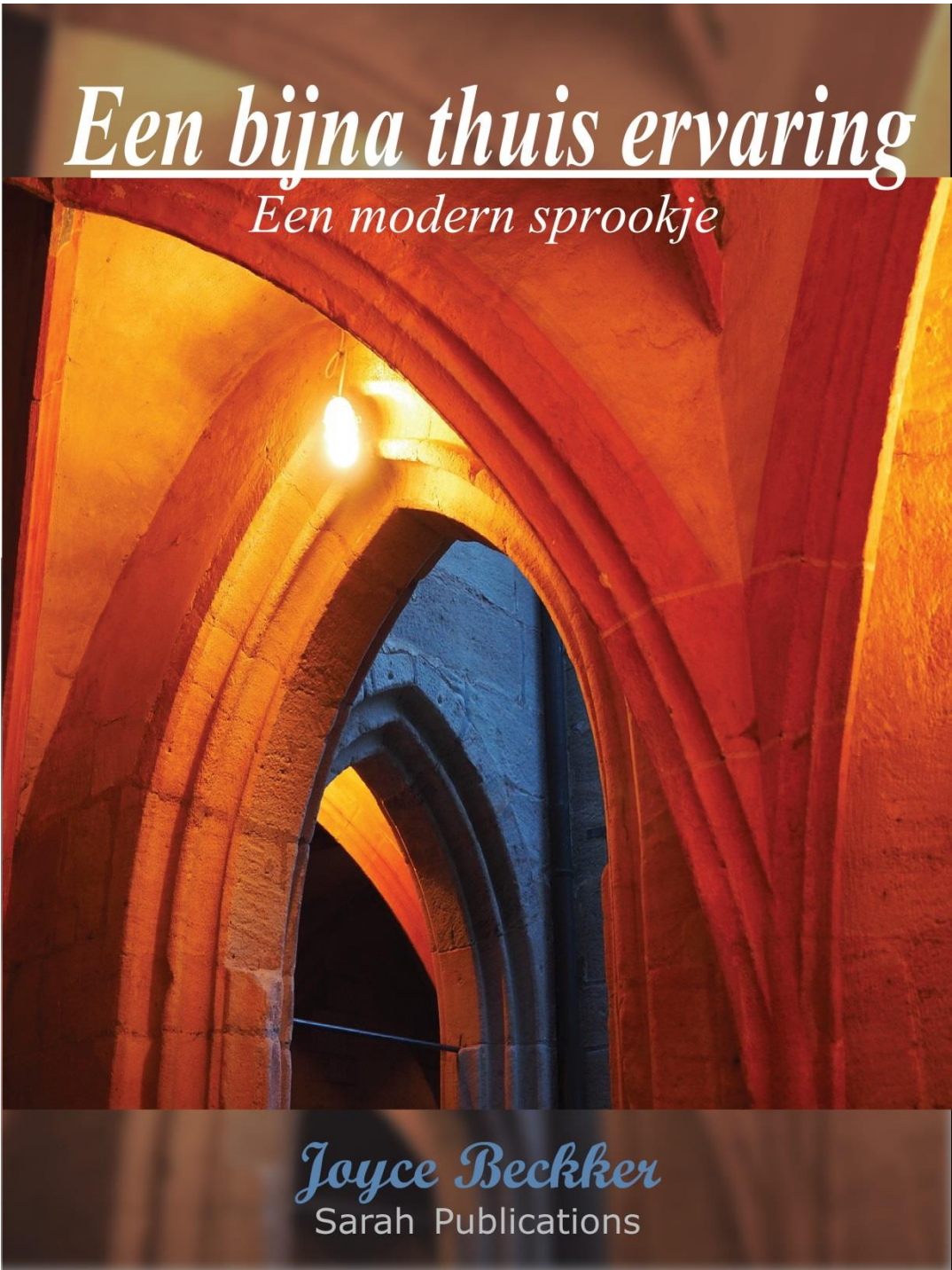




Een bijna thuis ervaring

Een modern sprookje

Joyce Beckker
Sarah Publications



Colofon

Derde uitgave, 4 mei 2020

© 2020 Joyce Beckker

Coverontwerp: Quick_master via Fiverr.com

Illustraties: Pixabay.com en Freeimages.com

Uitgever: Joyce Beckker

www.joycebeckker.nl



Het originele verhaal is samen met drie andere verhalen in 2007 als spiritueel roman in gedrukte vorm verschenen onder de naam 'Wonderlijke Tocht' (uitgever Free Musketeers). Voor deze boekenreeks zijn alle vier delen bewerkt en als losse e-books uitgegeven.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgenomen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



Inhoudsopgave

<i>Inleiding</i>	4
<i>Proloog</i>	5
<i>Gesmoorde geheimen</i>	7
<i>De sluier van het verleden</i>	27
<i>Het gekwetste kind</i>	31
<i>De vermoorde geest</i>	37
<i>Flarden herinneringen</i>	43
<i>Heilige dans</i>	50
<i>Engelenmeditatie</i>	54
<i>De ware missie</i>	64
<i>Zelfvergeving</i>	71
<i>Inspiratiebronnen</i>	76



Inleiding

Er was eens een vrouw, Debby genaamd, die een succesvol trainingsbureau had in vrouwelijk leiderschap. Ver over haar eigen landsgrenzen was zij bekend om haar inspirerende opleidingen en cursussen. Zij richtte zich vooral op vrouwen die in hun verleden te maken hadden met seksueel misbruik.

Debby kende als geen ander de gevolgen hiervan. Tijdens een wonderlijke pelgrimstocht, waarbij zij haar goddelijke begeleiders ontmoette, lukte het Debby om haar eigen slachtofferschap te transformeren naar bewustzijn. Er was een licht in haar ontvlamd dat nog nauwelijks te doven was.

Na terugkomst lukte het Debby om haar innerlijke aanwijzingen te blijven volgen. Ze begeleidde een bekende sportvrouw vanuit haar slachtofferschap uit te groeien tot haar ware Zelf. Al snel mondde dit uit tot een grote klantenkring in binnen- en buitenland en werd ze gevraagd te spreken op befaamde festivals. Debby had naam gemaakt als een specialist in vrouwelijk leiderschap.

Dit is haar verhaal...





Proloog

*Wij zijn als vermoeide pelgrims,
dwalend door een innerlijke doolhof
op zoek naar ons geluk.
Onze tocht duurt voort
totdat we de weg van ons verleden
definitief de rug toekeren.
En we leren te leven,
te dansen en te zingen,
op het eeuwige pad
van het NU.*

Het is een inktzwarte nacht. De wereld ligt op één oor. Vanuit de hemel daalt een lichtwezen neer op de aarde. Hij heeft een belangrijke boodschap van God. Een boodschap die de mensheid op weg helpt bij haar zoektocht naar vrede.



En zo verschijnt in alle windstreken aartsengel Michaël in de droom van eenieder wiens levenspad versperd lijkt door innerlijke strijd. Hij spreekt tot hen over de belofte van God; de waarlijke belofte om over ieders duistere bestaan een helder licht te laten schijnen.



'God nodigt jou uit in een van zijn woningen. In dit klooster, diep verscholen op een vulkanisch eiland, zijn alle wereldse geluiden gedempt. In deze goddelijke stilte zal hij via zijn boodschappers tot jou spreken, op het niveau waarop jij je bevindt. Je zult samen met je geestelijke begeleiders reizen naar een diep vroeger, daar waar je karmische zaad is ontkiemd.

Om het klooster te bereiken heb je geen plattegrond nodig. Luister enkel naar mijn aanwijzingen die zich diep in je zullen ontvouwen. Het wordt een barre tocht maar schuw die niet. God geeft je kracht en wijst je de weg langs woeste golven en immense rotsen.

Wandel door, stap voor stap, totdat voorbij de steile richels de nevelen voor jouw aanblik zullen oplossen en de contouren van het klooster zichtbaar worden. Loop onbevreesd de poort binnen. Weet dan wat je reisdoel is. God zal je ontvangen met open armen.'

De wereld ontwaakt en de meeste mensen kiezen ervoor hun droom te vergeten. Bij vier mensen is echter een innerlijke vonk aangewakkerd. In al hun wijsheid weten zij dat de vonk door de adem van God zich weldra zal uitbreiden tot een vlammenzee. Een oceaan van licht die tot in de diepste spelonken van hun getergde zielen zal doordringen om daar heling te schenken.



Deze pelgrims gaan op weg. Op weg naar zichzelf, op weg naar God. Zo ook Debby. Zij begint bij het krieken van een mooie lentedag haar wonderlijke tocht.



1. Gesmoorde geheimen

*Niet onze ervaringen zelf,
maar de etiketten die we erop plakken,
creëren onze realiteit
in het hier en nu.*

In het drukke haventje kijkt een slanke, donkerblonde pelgrim nieuwsgierig om zich heen. Van Antonios, bemanningslid op het passagierschip waarmee ze de aanzienlijke afstand tussen het vasteland en het eiland heeft overbrugd, weet ze dat de tocht van de baai naar de stad op drie manieren kan worden afgelegd.

Te voet, bijvoorbeeld. Maar dat vergt, vooral met haar bagage, een stevige fysieke inspanning om de bijna zeshonderd treden tellende trap te beklimmen. Gelukkig kan ze deze route ook afleggen op de rug van een ezel die met een bontgekleurde deken over zich heen de hele dag door toeristen en eilandbewoners vervoert.



Debby glimlacht bij het aanzicht van een licht getinte man die zichtbaar geërgerd zijn onwillige ezel in toom probeert te houden. Kordaat stapt ze af op een loket om een kaartje voor de kabelbaan te kopen. Terwijl de gondel langzaam naar boven glijdt, laat ze Antonios' imponerende woorden weer in haar gedachten naar boven drijven.



'De prehistorische inwoners van het eiland waren zeer begaafd en efficiënt. Zij bouwden hun huizen met bedekte stenen om zo de vernietigende gevolgen van aardbevingen tegen te gaan. Ze maakten prachtige kunstvoorwerpen en maakten gebruik van goud, zilver, koper, tin en brons. Zelfs waren zij in staat schepen te bouwen en optimaal commercie te bedrijven. Deze geweldige beschaving is halverwege de tweede eeuw voor Christus van de aardbodem weggevaagd.'

Nadat Debby boven is uitgestapt, bewandelt ze het zonovergoten pad. In de verte ziet ze al het pittoreske dorp met zijn sprookjesachtige witte huisjes met hemelsblauwe geronde daken. Haar opgewonden blik geniet aan de linkerzijde van het uitzicht. Van de oogverblindende schoonheid van het eiland dat zo veel eeuwen geleden is ontsproten uit de dikke lava van de allesverwoestende vulkaan.

Ze zucht diep. Ze wil de hoge, roodzwarte klippen en granieten rotsen, die zo verticaal uit het zeeoppervlak oprijzen, het liefst branden op haar netvlies. Dan hoort ze diep van binnen de stem van aartsengel Michaël die haar aanmoedigt versneld door te lopen.



Als in een lichte trance volgt ze haar innerlijke wegwijzer waarna ze een aantal kilometers verderop wordt omsloten door een labyrint van nevel. De stem fluistert dat zij haar reisbestemming heeft bereikt. Met opengevallen mond voelt Debby zich klein worden. Voor haar staat een immens klooster dat regelrecht uit de mystieke oudheid geprojecteerd lijkt te zijn.



Wanneer ze na Michaëls aanmoediging met diep respect door de poort wandelt, klinkt nu zijn stem luid en doordringend.

'Debby, laat de buitenwereld achter je en treed nu het rijk van je innerlijke binnen. Laat watervallen uit je stromen, laat donderwolken in je losbarsten, want alles mag hier zijn zoals het is.'

Met vochtige ogen loopt Debby de stille kloostergang door totdat ze bij een cel, schuin tegenover de refter, als vanzelf stilstaat. Op de muur naast een dikke eikenhouten deur ziet ze haar naambordje. Ze ontgrendelt de klink en loopt behoedzaam naar binnen waarna ze haar bagage op de grond zet.



Vanaf de rand van het oude ledikant bestuderen haar nieuwsgierige ogen een tijdlang het bescheiden slaapvertrek dat tot haar verbazing langzaam van vorm lijkt te veranderen. Zonder dat ze er weerstand aan kan bieden, registreert ook haar wakkere geest even later dat ze zich nu op een geheel andere plek bevindt. In een ruimte waarin ze zich in het verleden regelmatig heeft bevonden.

Zittend aan een kersenhouten bureau kijkt Debby de vrouw tegenover haar weemoedig aan.

'Je bent geen open boek', hoort ze haar zeggen. 'Niet alles hoeft nu vanuit je onderbewustzijn aan de oppervlakte te komen. Dat komt wel als de tijd daarvoor rijp is.'

Het evaluatiegesprek bereikt zijn finale. Debby neemt de doordringende woorden van de psychiater goed in zich op. Haar aanvankelijke argwaan voor deze vrouw had in de loop van de maanden plaatsgemaakt voor vertrouwen.



Ze hield hulpverleners liever op een veilige afstand, daar waar ze haar niet konden kwetsen. Maar tot haar eigen verrassing had haar huilende innerlijk bij deze vrouw een uitlaatklep gevonden. Ze stond steeds meer toe hoe een aantal van haar zorgvuldig opgebouwde barrières hier werd weggesleept.

In de loop van de reeks wekelijkse sessies had Debby de psychiater deelgenoot gemaakt van haar twijfels en angsten. En op een kille herfstnamiddag had ze het zelfs aangedurfd ook haar gesmoorde geheim in woorden te gieten.



Het waren gekwelde woorden die verhaalden over een consult op die vroege vrijdagavond bij een weekendarts. Een consult dat haar uitsluitel moest geven over het hardnekkige griepvirus dat haar al wekenlang in zijn greep hield. Met gebogen hoofd had ze gestameld hoe die grijzige man haar bezoek mopperend afdeed als iets onbenulligs.

Nadat hij wat standaardvragen op haar had afgevuurd, gebood hij haar met ontbloot bovenlijf op de behandeltafel te gaan liggen om 'een periodiek borstonderzoek' te ondergaan. Haar gevoel had haar toegeschreeuwd dat dit niet klopte, maar haar koortsige weerstand bleek onvoldoende opgewassen tegen deze intimidatie.

Om zijn wellustige blik te ontwijken had Debby angstig haar hoofd afgewend. Haar vochtige ogen hadden zich geconcentreerd op de koperen klink van de deur, de poort naar vrijheid. In die stoffige, halfduistere behandelkamer moest ze wel zijn knedende handen ondergaan en zijn zware ademhaling vlak boven zich dulden.

Nadat de man uiteindelijk zijn handelingen had gestaakt, sommeerde hij haar zich weer aan te kleden. Inmiddels hadden vlagen van diepe vernedering en snijdende angst zich met haar koorts vermengd.



Terwijl hij zijn handen waste, had de arts haar vervolgens met luide, autoritaire stem berispt dat ze niet tijdig haar eigen huisarts had gebeld waardoor hij nu klaar moest staan voor de patiënt van een ander.



Hij beet haar toe dat hij eigenlijk hiervan melding moest maken bij haar ziektekostenverzekering, maar dat hij daar voor deze ene keer, als zij tenminste haar fout erkende, van af zou zien.

Dankzij de openhartige gesprekken met de psychiater begreep Debby nu dat het door die weekendarts aangeprate schuldgevoel er debet aan was dat het voorval direct in de doofpot was beland, zodat niemand, zelfs niet haar verloofde, er lucht van zou krijgen. Ze 'wist' toen immers dat deze arts pijnlijke maar ware woorden had gesproken. Zij had verkeerde keuzes gemaakt; wederom.

Terwijl haar bedroefde ogen door het raam van de spreekkamer van de psychiater naar een oneindige verte tuurden, spraken Debby's gepijnigde woorden ook over haar jeugdervaringen met jongens. Met afgewende blik had ze de klassenfeestjes in slecht verlichte garages weer tot leven geroepen. De penetrante lucht van alcohol en het gedreun van opzweepende rocksongs hadden de tijd en ruimte met gemak overbrugd.

Evenzo de rituelen met klasgenoten. Het waren steeds dezelfde jongens geweest die beurtelings naast haar op de grond hadden plaatsgenomen en ervoor hadden gezorgd dat haar glas bier nooit leeg raakte. Waarna ze, als de alcohol haar eenmaal in een wurgende greep had, een voor een hun handen onder haar blouse hadden laten glijden.

Debby kon het ritmische gehijg bij haar gezicht nog zo oproepen. Ze voelde nog steeds de stekende pijn in haar tepels terwijl de wereld om haar heen tolde en haar lijf alle spierkracht leek te verliezen.



Maar vreemd genoeg borrelde bij haar ook dat onbestemde gevoel op van opluchting. De opluchting dat ze dronken was en niet bij volle bewustzijn hoefde te ervaren wat ze eigenlijk nooit had mogen ervaren.

Tijdens de gesprekken met de psychiater bleef Debby's overgave aan dit proces een terugkerend thema. Na veel wroeten in haar verleden herinnerde ze zich dat ze, zonder weerstand te kunnen bieden, wel moest toegeven aan de driften van deze jongens. Gek genoeg voelde het diep in haar ook zo vertrouwd. Maar die gedachte was te pijnlijk voor haar. Het was immers afschuwelijk wat zij had moeten doorstaan.

Waaróm dan voelde het net alsof dat haar lot was, een vooraf geschreven passage in haar levensverhaal die onmogelijk kon worden gewist? Het antwoord bleef steken in haar mistige onbewuste. Op een bewolkte ochtend had ze de psychiater dan ook maar verzocht de gesprekstherapie voorlopig af te ronden.

Debby's gedachten keren terug naar de kamer van de psychiater. Ze zit nog steeds aan het houten bureau.

'Je bent geen open boek', herhaalt de hulpverleenster haar woorden. 'Zodra je eraan toe bent, zullen andere hoofdstukken uit je verleden voor je zichtbaar worden.'

De twee geven elkaar bij de voordeur een warme handdruk, waarna Debby met gemengde gevoelens voor de laatste keer over het lange grindpad langs het water wandelt, totdat ze de bezorgde blik van de psychiater niet meer in haar rug voelt priemen.





2. De kracht van emoties

*Jouw gedachten zijn sterker dan je denkt.
Als jij gelooft dat je iets niet verdient,
zal jouw onderbewustzijn situaties creëren
om die gedachte te verwezenlijken.*

Debby schrikt wakker uit haar overpeinzing. Haar verstand registreert weer de cel in het klooster. Ze voelt de vering van het matras onder zich. Nog voordat ze zich kan overgeven aan de stroom van vragen die in haar opborrelt, voelt ze een warme energie om haar heen.

Dan zien haar ogen bij de deur geleidelijk een olijfgroen licht ontstaan. In haar verwonderde blikveld herkent ze een gestalte. Op zijn mond verschijnt een vriendelijke glimlach. Debby voelt hoe een intens geluk als een verkwikkende douche over haar heen spoelt; ze weet dat haar goddelijke conversatie mag beginnen.

‘Ben je voor..voor mij gekomen?’, stamelt ze.

‘Zo lieverd’, klinken warme woorden. ‘Gelukkig heb ik je op het juiste spoor gezet. Het lukt me steeds beter je te bereiken. De tijd is aangebroken om al je zintuigen te gaan gebruiken voor jouw heling. Mijn naam is Jezechaël en ik ben je hoofdgids.’

‘Wát, mijn hoofdgids? Maar, maar ... wat betekent dat?’



‘Vanuit de geestelijke wereld ben ik je reisgeleide in je huidige en voorgaande levens. Ik ben exact op de hoogte van alles wat jij je voorgenomen hebt hier op aarde te ervaren en ik doe er alles aan om je te helpen die taak te vervullen.’



Hiernaast zal ik altijd voor je zorgen, je alles geven wat je nodig hebt en je steun bieden als je het moeilijk hebt. Dat is wie ik ben en wat ik doe lieverd.'

'Maar waarom noem je me steeds lieverd? Ken ik je soms?'

'We hebben inderdaad een aantal levens samen doorgebracht op aarde waarbij we een hele speciale band hadden. Vandaar dat ik je zo noem.'

Debby sluit even haar ogen om de woorden van Jezechaël goed tot zich door te laten dringen.



'Ik geloof dat je de waarheid spreekt', vervolgt ze dan. 'Ik heb je aanwezigheid al zo vaak gevoeld. Maar ik heb nog een vraag. Als jij mijn hoofdgids ben, heb ik dan ook zoiets als een assistent gids?' Het lichtwezen glimlacht breeduit.

'Goede vraag Debby. Je hebt inderdaad een aantal hulpguiden die je tijdelijk helpen bij een specifieke taak of omstandigheid in je leven. Sommige van deze helpers zijn maar kort bij je terwijl andere weer langere tijd jou vergezellen. Maar zij zullen altijd in overleg met mij jou bijstaan.'

'Ik begin het te snappen. Maar kun je me nog uitleggen wat de bedoeling precies is van onze ontmoeting hier in het klooster?'

'Natuurlijk. Wij zullen samen reizen door de ervaringen die jou hebben gemaakt tot de gewonde persoon die jij nu bent. Samen zullen we op zoek gaan naar jouw heling. Vormt dit niet al lange tijd jouw gebed tot God?'



'Ja Jezechaël, ik wil genezen. Ik ben erg blij dat Michaël in mijn droom is verschenen en me heeft opgeroepen deze tocht te maken. Maar ik begrijp eigenlijk nog steeds niet waarom ik zojuist die beelden uit mijn verleden ontving. Heb jij mij die soms gestuurd?'

'Inderdaad, lieverd. Deze beelden zijn nodig in je helingsproces. Wat denk je ervan om hierop voort te borduren?'

'Wat, nu meteen? Je valt wel met de deur in huis.' Debby haalt diep adem. 'Toch voelt het wel goed. Laten we inderdaad maar beginnen.'

'Goed dan. Vertel me eerst maar hoe het je verging nadat je de gesprekken met de psychiater had beëindigd.'

Debby gaat er goed voor zitten.

'De maanden verstreken zonder dat ik echt grip kreeg op mijn herinneringen. Thuis werd de sfeer er niet beter op. Mark en ik maakten steeds vaker ruzie, soms zelfs waar onze dochters bij waren. Dat vond ik vreselijk maar ik had het niet meer echt in de hand.'



'Totdat je innerlijk ervoor koos antwoorden te ontvangen. Toen pas was je toe aan de volgende fase.'

'Ja, dat was de dag dat ik Suzan tegenkwam.'

'Vertel daar eens over.'

'Die avond zou ik met een vriendin een workshop over de kracht van emoties bijwonen. Zij belde echter vlak van tevoren ziek af. Teleurgesteld bedacht ik me dat ik nu ook geen vervoer meer had, omdat Mark met onze auto weg was. Ook had mijn oudste dochter vlak daarvoor stampvoetend geweigerd op de tweeling te passen, moest ik nog voor mijn werk iets voorbereiden en lag er een grote stapel strijkwerk te lonken. Het werd me zoetjesaan duidelijk dat ik die avond thuis moest blijven.'

'Soms stapelen de barricades zich op om ons schijnbaar ervan te weerhouden te doen wat we eigenlijk zouden moeten doen. Dit zijn echter hindernissen die je zelf creëert, begrijp je dat?'



'Hoe bedoel je dat, Jezechaël?'

'Zou het zo kunnen zijn dat je door jouw schuldgevoel, om zomaar een avond weg van je gezin te zijn, onbewust vond dat je dat niet verdiende? Je huwelijk stond immers op scherp en je kinderen wilden jou om zich heen. Niet echt een ideaal scenario om eens lekker een avondje voor jezelf te plannen.'

'Daar raak je een gevoelig punt. Maar dan nog zijn die toevallige tegenslagen niet te verklaren.'

'Niets is toeval lieverd. Jouw gedachten zijn sterker dan je denkt. Als jij diep van binnen gelooft dat je iets niet verdient, dan zal jouw onderbewustzijn situaties creëren om die gedachte te verwezenlijken.'

'Zo heb ik het nog nooit bekeken.'

'Dat weet ik. Maar je bent hier om je bewustzijn te vergroten. Dit is een van de belangrijkste lessen in jouw leerproces. Maar ga verder met je verhaal.'

'Om me voor de workshop af te melden, zocht ik in de folder naar het telefoonnummer. Mijn oog viel toen op een ingekaderd stuk tekst. Daar las ik dat alles wat emoties oproept, voortkomt uit een stukje verleden dat nog niet geheeld is. En dat wanneer alle kwetsingen in de ziel geheeld zouden zijn, je wél gevoelens maar geen emoties meer zou ervaren om zodoende in innerlijke vrede te zijn.'



'Dat was een eyeopener.'

'Nou en of. Toen ik die woorden las, wist ik dat ik hoe dan ook moest gaan. Het was immers juist die innerlijke vrede waarnaar ik zo verlangde. Maar de tijd begon te dringen, want binnen een uur zou de bijeenkomst al starten.'



'Maar je was vastberaden.'

'Klopt ja. Ik ging naar de slaapkamer van mijn oudste en zei haar kalm dat ik graag naar de workshop wilde, maar dat dit alleen kon als zij bereid was op haar zusjes te passen. Kennelijk was ze weer gekalmeerd van haar boze bui, want ze stemde direct in. Toen bestelde ik een taxi en gaf mijn dochters nog wat instructies. Even later was ik al onderweg.'

'Je leerde toen dat je je door niets en niemand mag laten tegenhouden om te doen wat je moet doen. En zodra je dat erkent, ontvouwt het pad zich naar je ware Zelf. Hoe ging het verder?'



'De zaal was al goed gevuld. Ergens vooraan vond ik halverwege de rij nog een vrije stoel. Toen ik mijn vest over de rugleuning plaatste, viel mij aan de andere kant van het gangpad nog een lege stoel op. Mijn ogen werden als een magneet getrokken naar de vrouw die ernaast zat. Onze blikken ontmoetten elkaar.'

'Jij herkende haar?'

'Ja en nee. Vreemd genoeg leek op dat moment het geroezemoes in de zaal totaal te verstommen. Alsof alles en iedereen bevroren was, alsof de tijd stilstond. Ik vroeg me verwoed af wie deze vrouw was. Ze kwam me zo bekend voor. In een impuls pakte ik mijn vest op en liep naar haar toe zonder mijn blik van haar af te wenden. Dit was geen kwestie meer van verstandelijk beredeneren, ik wist gewoon dat ik bij haar moest zitten. Op die stoel naast haar, dáár hoorde ik te zijn.'

'Je bleef luisteren naar je innerlijke stem. Heel goed. Herkende deze vrouw jou ook?'

'Het leek haar meer om kennen dan herkennen te gaan. Ze begroette me hartelijk als een vriendin en stelde zich voor als Suzan.'



Ze was geen volstrekt onbekende voor mij. Bij haar voelde ik me meteen 'thuis'. Het leek wel alsof alle tegenslagen van die dag oplossen in een groot niets. Het was allemaal niet belangrijk meer. Hier ging het om, dat ik daar was, met Suzan. En dat ik in haar bijzijn belangrijke inzichten over mijn emoties mocht ontvangen.'

'Vertel eens over die inzichten.'

'In het eerste gedeelte van de avond kwam de theorie aan bod. De trainer legde uit dat onverwerkte emoties of gevoelens zich gedragen als vrije radicale energie. Hiermee tasten ze de verbonden organen en weefsels aan. Er zijn zeven hoofdemoties die allemaal hun eigen kenmerken hebben. Je weet ongetwijfeld welke.'

'Toch wil ik graag van jou horen welke voor jou de belangrijkste zijn.'

'Goed. Ik leerde dat angst de grootste ziekteveroorzaker is, omdat deze emotie het sterkste je energiestroom uitput. Een andere emotie in mijn leven is kwaadheid. Die energie is zeer schadelijk voor het hart en andere vitale organen. En natuurlijk speelt ook de emotie gekwetstheid in mijn leven een grote rol, volgens de trainer een van de afschuwelijkste gevoelens die er bestaan. Dit is mijn persoonlijke top drie, Jezechaël.'

'Heel erg goed. Maar wat doen we met deze kennis?'

'De trainer vertelde dat er veertien toegangspoorten zijn om alle negatieve energieën in ons lichaam in evenwicht te brengen. Deze acupunctuurpunten zijn al ruim 5000 jaar geleden ontdekt. Volgens hem kunnen we ermee naar elke situatie in het verleden gaan om die te reinigen van alle overgebleven emotionele ladingen.' Debby ziet hoe haar hoofdgids haar bemoedigend toeknipt.



Ze vervolgt: 'Ook zei hij dat het met deze zienswijze niet van belang is hoe ernstig het trauma is of hoe hevig de fobie, terwijl het er ook niet toe doet of we geloven, dat hetgeen ons is aangedaan, onoverkomelijk of



onvergeeflijk is. De vraag zou simpelweg zijn of onze energie ongehinderd stroomt. Zo niet, dan is er een blokkade.

Hoe groot of klein deze is, doet er ook niet toe. Dus: of je nou een levensgrote fobie hebt of een klein beetje angst; voor de behandeling met de juiste acupunctuurpunten zou dit geen enkel verschil uitmaken.'

'Dat zullen de therapeuten en psychiaters niet allemaal even leuk vinden ... Maar geloof je het zelf?'

'Zoals hij het zegt, klinkt het aannemelijk. Maar in de praktijk is het veel moeilijker. Gevoelens en emoties schuif je niet zomaar even van je af. Daar komt veel meer bij kijken.'



'Is dat zo? Goed, hier komen we later nog wel op terug. Vertel verder over de zogenaamde ziektes.'

'Volgens de trainer bestaat het verschil in aandoeningen alleen maar in onze geest. Wij plakken etiketten op onze ervaringen en die etiketten bepalen onze realiteit. Het bekende verhaal dus van het glas dat halfvol of halfleeg is. Twee mensen kunnen totaal verschillend reageren op dezelfde situatie.'

'En klopt deze theorie volgens jou?'

'Ik vond het echt heel erg boeiend wat ik daar hoorde, alhoewel sommige dingen mij te mooi in de oren klonken. Zo af en toe keek ik opzij om Suzans reactie te peilen. Maar steeds wanneer ze op mijn verbaasde blik reageerde met haar warme glimlach, wist ik dat alles precies was zoals het moest zijn.'

'Je leerde ook waar die acupunctuurpunten te vinden zijn?'

'Ja, we kregen een werkboek waar dat allemaal in stond. Na de pauze zouden we ermee aan de slag gaan. Ik was inmiddels heel erg nieuwsgierig geworden. Want als dit alles waar was, zou ik mezelf thuis



kunnen behandelen om zo van mijn klachten af te komen, misschien zelfs van die ene pijnlijke situatie.'

'Vertel daar eens over.'

'Mark en ik waren al een tijdlang niet meer intiem. Ik kon zijn lichaam nog nauwelijks tegen het mijne verdragen. Zijn strelende handen kon ik niet meer dulden. Steeds vaker zorgde ik ervoor dat ik al sliep, of net deed alsof, wanneer hij naar bed ging. Dat was begonnen nadat bij de psychiater die weekendarts weer zo prominent tot leven was geroepen.' Debby zucht diep voordat ze verder vertelt.

'Aanvankelijk leek het erop dat ik er goed mee overweg kon. Ik erkende wat er was gebeurd en wist dat het nu aan mij was om het los te laten en door te gaan met mijn leven. Toch doemde dat spook uit het verleden steeds vaker op. Dat was natuurlijk erg frustrerend, niet alleen voor mij, maar ook voor Mark.'

'Je had hem inmiddels verteld over je nare ervaringen?'

'Ja, op advies van de psychiater. Mark was aanvankelijk erg kwaad en wilde het liefst dat ik alsnog aangifte deed van seksueel misbruik. Ik heb hem ervan moeten weerhouden die arts op te zoeken om verhaal te halen. Na behoorlijk wat gesprekken toonde Mark gelukkig begrip en zei hij mij alle tijd te gunnen om te helen.' Er ontsnapt een traan uit Debby's linkeroog.



'Maar zijn gekwetste blik raakte, telkens als ik hem weer afwees, meer en meer wanhopig. De tijd leek helemaal niet alle wonden te helen. Althans niet de mijne. Wat haatte ik die weekendarts. Hij had jaren geleden al zoveel kapot gemaakt en mijn leven overhoop gehaald. En nu deed hij dat nogmaals.'



'Omdat jij hem daartoe gelegenheid bood.'

'Wát! Is het nu ineens mijn schuld dat hij me heeft aangerand?'
Debby veert overeind.

'Dat bedoel ik niet.' Jezechaëls woorden blijven kalm.

'Ik zeg je dat je hem nog jaren na dato de gelegenheid bood je opnieuw te raken. Ben jij in die periode niet naar het ziekenhuis gegaan met hepatitisklachten?'

'Wat heeft dat ermee te maken?' Behoedzaam gaat Debby weer zitten.

'Alles lieverd, alles ... Dat jij zo kwaad op hem bleef, heeft invloed gehad op jouw lever en immuunsysteem. Niet voor niets luidt de uitdrukking 'wat heb je op je lever' als je iets los moet laten. Dus hier mag je nog eens goed naar kijken. Maar het bleef niet alleen bij fysieke klachten toch?' Nadat Debby hem bevestigend heeft toegeknikt, gaat Jezechaël verder met zijn uitleg.

'Doordat je dit voorval maar niet kon loslaten, bleef jij het verleden steeds opnieuw beleven en richtte jij jezelf langzaam maar zeker te gronde. Met andere woorden: hij heeft je niet alleen toen misbruikt, maar je liet de deur wagenwijd open om het steeds opnieuw te laten gebeuren.'

'Lieve Jezechaël.' Debby haalt een paar keer diep adem. 'Je weet dat ik graag wil helen en bereid ben naar mijn pijnpunten te kijken. Maar om te stellen dat ik mezelf deze dingen aandoe, gaat me te ver. Begrijp je dat?'



'Ik begrijp het volkomen en het is goed', glimlacht het lichtwezen.
'De tijd zal leren wanneer je wél zover bent. Laten we maar terugkeren naar jouw huwelijksproblemen.'



'Mark en ik groeiden verder uit elkaar. Hij kwam steeds later thuis van zijn werk en we gingen nog nauwelijks samen uit. Dus ja, ik hoopte vurig dat die workshop mij kon helpen bij deze situatie.'

'Suzan bevestigde dat ook, nietwaar?'

'Ja, dat was eigenlijk heel vreemd maar ook bijzonder mooi. In de pauze dronken we samen muntthee aan de bar. Toen zei ze me ineens dat de lessen van de coach een sleutel konden zijn tot mijn verlossing. Ze keek me daarbij zo indringend en liefdevol aan, dat ik toen bijna zeker wist dat ze mijn gedachten gelezen had over de situatie met Mark. Ik hoefde haar op dat moment ook niets meer uit te leggen of te vragen; het was goed zo.'



'In het tweede deel volgden toen de praktijkoefeningen nietwaar?', wil Jezechaël weten.

'Inderdaad. We begonnen met het angstpunt dat verbonden is met de blaas en nieren. De trainer legde uit dat angst zowel onveiligheid, besluiteloosheid, wantrouwen en wanhoop met zich meebrengt.'

'Wat jij kon beamen. En toen?'

'Vervolgens gingen we de nierpunten masseren aan weerszijden van het borstbeen terwijl we daarbij een affirmatie mochten opzeggen. Deze luidde: *"Ik houd veel van mezelf en accepteer mijzelf met mijn angst en gevoel van onveiligheid"*.'

'Dat moet voor jou gesneden koek zijn geweest ...,' lacht Jezechaël.

'Grappig. Natuurlijk leidde dat aanvankelijk tot gegiechel en onrust in de zaal. Niet iedereen, ook ik niet, is immers gewend hardop de liefde aan zichzelf te verklaren. Mijn geluk was dat ik naast Suzan zat en zij er op een heel natuurlijke manier mee omging. Daardoor verdween bij mij de gêne en durfde ook ik hardop deze affirmaties op te lepelen. Langzaam maar zeker ging het voorzichtige gemompel in de zaal over naar een ritmische mantra.'



'Een gezamenlijk gebed ...'

'Ja, het was heel krachtig. De trainer wilde vervolgens dat we een stap verder gingen en ook acuvisies erbij haalden.'

'Acu ... wát?'

'Acuvisies. Volgens hem is er voor ons onderbewustzijn geen verschil tussen realiteit en sterke verbeelding. Wanneer je dat wat je wenst voor je geestesoog tot leven roept, werkt je onbewuste mee om dit voor je te creëren. Maar, zo waarschuwde hij, dat werkt zowel positief als negatief. Ben je ergens bang voor, dan ben je geneigd daaraan te denken. Omdat angst een krachtige emotie is, gaat het onbewuste geloven dat het geschapen beeld de realiteit is waarna het ook daadwerkelijk wordt gecreëerd.'

'Dus als een kind een tweede, nóg luxere spelcomputer wil, krijgt hij die wanneer hij er sterk aan blijft denken. En als hij zijn kleinere broertje slaat, weet hij dat hij geen straf krijgt wanneer hij zijn moeder lachend voor zich blijft zien. Klopt dit zo een beetje?' Jezechaëls pretogen fonkelen op.

'Je steekt de draak met me.' Debby kan een glimlach niet langer onderdrukken. 'Dit gaat alleen op wanneer het je spirituele groei bevordert. Je kunt het niet gebruiken voor persoonlijk gewin, toch?'

'Je hebt het inderdaad goed begrepen.'

'Vervolgens vroeg de trainer ons dit op onszelf toe te passen.'

'En jij visualiseerde ...'





'Ik wist dat dit een geweldige kans was om te werken aan mijn relatie met Mark. Omdat ik meende precies te weten waar mijn angst lag, ging ik bewust denken aan het gewenste resultaat, namelijk dat wij liefdevol en gelukkig ons zilveren huwelijksfeest vierden. Dat voelde heel erg goed. Ik geloofde steeds meer dat alles weer goed zou komen tussen ons.'

'Hebben jullie die avond nog meer acupunctuurpunten behandeld?'

'Ja, ook het leverpunt kwam aan bod. Volgens de trainer heeft dat punt alles te maken met kwaadheid loslaten ... Verhip, hebben we het hier zojuist niet over gehad?' Debby kijkt haar hoofdgids met grote ogen aan.

'Waarom ben ik erover begonnen denk je? Jouw les hierin is, dat het je toe-eigenen van theorie en het toepassen ervan in de praktijk twee verschillende processen zijn. Je had toen al de metafysische kennis over de lever en de functies ervan. Maar kennis is niet genoeg. Pas als je het goed toepast, vergaar je wijsheid.'

'Hier heb je me', knikt Debby. 'Ik begrijp nu wat je bedoelt. Mijn hoofd zei iets terwijl mijn hart niet luisterde.'

'Jij opende je hart niet om dit 'weten' te integreren. Daarom bleven de effecten ervan beperkt tot de kortere termijn. Maar vervolg je verhaal over het leverpunt.'

'Terwijl ik de corresponderende plek vlak bij de navel masseerde, las ik de bijbehorende affirmatie hardop: "Ik houd veel van mezelf en accepteer mezelf met mijn kwaadheid en frustratie." Ik visualiseerde mezelf lachend en helemaal in innerlijke vrede. Alles leek goed zo.' Debby valt een ogenblik stil. 'Toen gebeurde er iets wonderlijks,' vervolgt ze dan.

'Je bedoelt dat met Suzan?'

'Ze draaide zich ineens naar mij toe en prikte met haar vinger in één keer pijnlijk op de juiste acupunctuurplek. Ze drukte behoorlijk door en maakte vervolgens draaiende bewegingen. Suzan keek me doordringend aan en zei zachtjes dat ik mijn frustraties mocht laten gaan.'

'Hoe reageerde je daarop?'



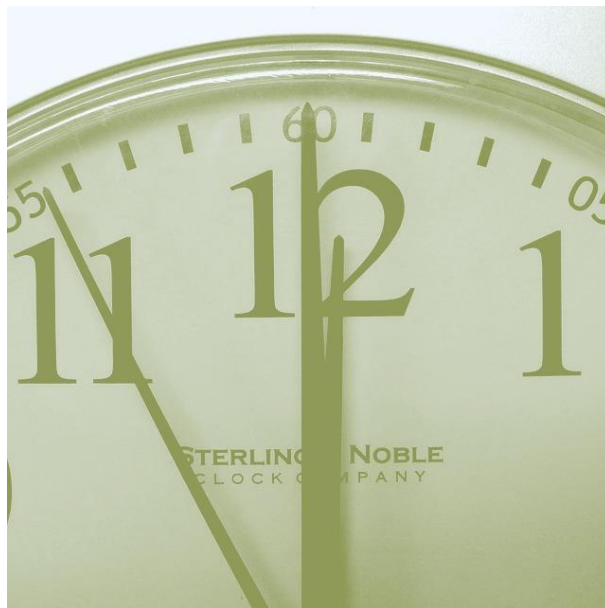


'Terwijl ik haar vragend aankeek, welden er ineens beelden in mijn hoofd op. Ik zag mezelf met gebogen hoofd kijken naar mijn ontblote onderbenen in kinderslippers. Toen zag ik vlak naast mij in de glimmende tegelvloer een lange schaduw opdoemen. Vanuit een ooghoek zag ik aan de andere kant rookpluimen ontsnappen boven een fornuis. Toen verscheen er een kille hand op mijn bovenarm. Met een ruk liet ik toen de beelden los,' siddert Debby.

'Dat was zeker erg beangstigend?'

'Ik hapte naar adem en voelde braakneigingen. Maar het volgende moment keek ik in de liefdevolle ogen van Suzan. Ze hield me aan beide armen vast en ik voelde hoe haar warmte mijn angstbeelden verdreef. Ik hoorde in de verte de trainer praten en een aantal mensen achter mij lachen. Kennelijk had niemand iets van mijn ervaring gemerkt. Niemand, behalve Suzan. Ze had me nog steeds vast terwijl haar ogen mij aan haar gekluisterd hielden. Pas na een poosje liet ze me langzaam los. Ik voelde dat ik op eigen kracht verder kon.' Debby zucht diep bij deze herinnering.

'Vervolgens hoorde ik applaus uit de zaal opstijgen en zag ik dat de mensen opstonden en hun jas aantrokken. De bijeenkomst was ten einde. De wijzers van de klok wezen al richting middernacht.'



'Zo'n afsluiting had jij vooraf niet kunnen bedenken.'

'Absoluut niet. Suzan en ik liepen zwijgend naar de uitgang. Bij de voordeur bedacht ik me dat ik nog een taxi moest bellen om thuis te komen. Maar eigenlijk wilde ik nog met Suzan doorpraten. Ik had haar nog zoveel te vragen en te vertellen. Voordat ik haar iets kon zeggen hield ze me weer vast aan beide armen.



Ze zei dat ze erg blij was met onze ontmoeting en dat ze geloofde dat mij de komende tijd veel duidelijk zou worden.' Jezechaël kijkt zijn pupil liefdevol en zwijgend aan.

'Toen omhelsde ze me en fluisterde in mijn oor dat het veilig voor me was om mijn verleden te omarmen en vervolgens los te laten. Ik mocht vertrouwen op mezelf, zei ze. Toen ze me losliet en de deur uit wilde lopen, vroeg ik om haar adres en telefoonnummer. Ik zei haar dat ik heel graag nog contact met haar wilde. Ze glimlachte en zei dat ik daarvoor niets anders hoefde te doen dan mijn intentie kenbaar te maken. Toen draaide ze zich om en liep rustig weg het avondduister in.' Debby veegt haar ogen droog.

'Het is mooi geweest voor dit moment, lieverd. Neem nu de tijd voor jezelf. Ga naar de refter, daar staat een maaltijd voor je klaar. Mediteer daarna, wandel in de kloostertuin en meng je onder de andere pelgrims. Ik meld me binnenkort weer, maar onthoud dat ik nooit ver weg ben. Je mag me altijd aanroepen.'





3. De sluier van het verleden

*Maak je niet druk om gisteren en morgen.
Alles wat is gebeurd, gebeurt en nog zal gebeuren,
vindt plaats in het eeuwige NU.*

Terwijl Debby de volgende ochtend wat broodkruimels van haar mond veegt, loopt ze in gedachten verzonken richting kloostertuin. Tot haar verbazing hoort ze hoe een ritmisch trommelgeluid langzaam maar zeker de lege ruimte van de kloostergangen opvult. Bij iedere stap lijkt het volume te groeien. In plaats van naar de tuindeur links van haar te lopen, besluit ze opnieuw de gangen door te wandelen, nieuwsgierig naar de persoon die de trommels zo gepassioneerd bespeelt. Maar na iedere bocht registreren haar ogen telkens weer dat ze alleen is. Dan hoort ze de stem van aartsengel Michaël.

‘Wat je hoort is de eeuwenoude klop van het klooster, Debby. Blijf de gangen bewandelen en probeer in het ritme je eigen loopmantra te vinden. Eenmaal in cadans zul je de lege ruimte in je ontdekken. Vind daar je innerlijke antwoorden.’



Na een poosje voelt Debby hoe haar benen een vast ritme gevonden hebben, hoe haar lichaam één lijkt te zijn geworden met het trommelgeluid. Dan hoort ze weer de goddelijke stem.

‘Gods licht brandt in je. Niemand kan het doven.’

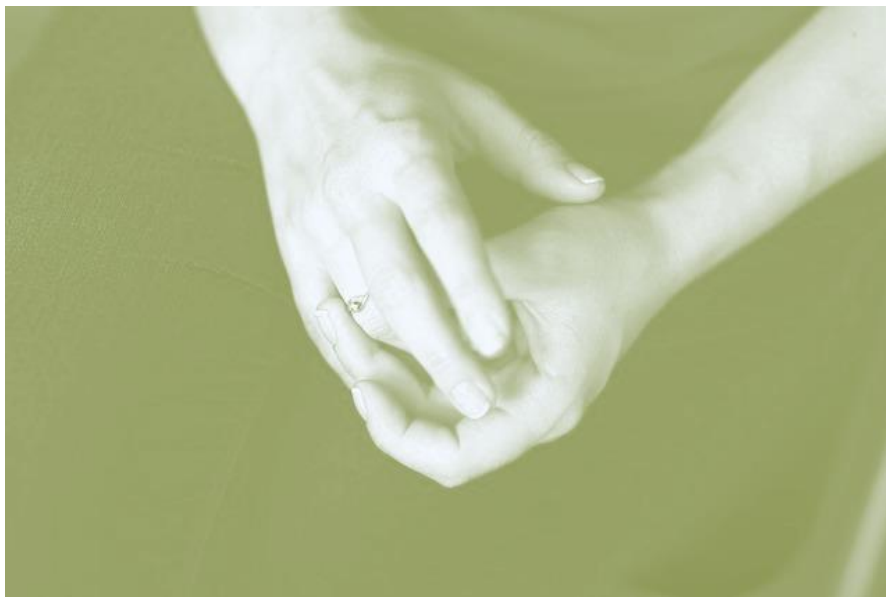


Debby voelt hoe het warm wordt in haar hartstreek en hoe de vermoeidheid uit haar voeten wegstroomt. Ze kan nu eeuwig doorgaan, lijkt het wel.

‘Je innerlijke berg zul je met God beklimmen. Het uitzicht zal schitterend zijn. En je lasten worden door God gedragen’, klinkt het dan.

Debby’s lichaam tintelt terwijl golven van diepe dankbaarheid haar overspoelen. Nadat ze in diepe trance de kloostergangen nog een aantal keren heeft rondgewandeld, ebt de muziek langzaam weg. Als haar voeten eenmaal stilstaan en ze zich meer bewust wordt van haar omgeving, hoort ze opnieuw Michaëls stem.

‘Je hebt nu je innerlijke ruimte ontdaan van een aantal obstakels. Sta nu even stil en ervaar wat zich in je ontvouwt.’
Debby leunt even later met haar rug tegen het venster. Met gesloten ogen en gebogen hoofd wacht ze aandachtig op hetgeen zich aandient. Dan voelt ze hoe een geheel andere energie haar nadert.



Ze begint ongemakkelijk te wiebelen op haar benen terwijl ze haar handen klam voelt worden. Dan registreert haar verstand een koude hand op haar bovenarm. Haar ogen schieten verschrikt open en zien in de spiegelende plavuizen tegels een grote gestalte naast zich. Juist als ze ineen wil krompen, hoort ze een rustige stem waarna ze opkijkt naar het vriendelijke gelaat van een man.

‘Sorry dat ik je stoer, maar volgens mij heb je je zakdoek verloren. Het lag net om het hoekje op de vloer.’ De man houdt het doekje omhoog.

‘Ja, ja ...’, stottert Debby terwijl ze het aanpakt. ‘Het is van mij. Dank je wel voor het terugbrengen.’



'Gaat het wel?', wil de man nu weten. 'Je ziet behoorlijk bleek.'

'Ja hoor, ik wil nu alleen naar mijn kamer toe. Even op bed liggen. Daarna gaat het vast weer beter. Nogmaals bedankt hoor.' Debby wankelt de gang door terwijl ze zich nagestaard voelt door bezorgde ogen. Als ze weer in haar cel is, loopt ze meteen naar haar bed. Rillend nestelt ze zich onder de dekens. Ze weet dat het nu tijd is om de sluier van haar verleden op te lichten.



'Lieve Jezechaël, ben je hier?' Debby trekt de deken tot aan haar kin op. Dan ziet ze voor het venster een olijfgroen licht verschijnen.

'Ja lieverd, ik ben er. Je weet wat je nu te doen staat nietwaar? Je mag terug om waardevolle antwoorden uit je verleden te vinden.' Debby voelt hoe de twijfel weer toeslaat.

'Maar ik ben bang. Kunnen we dit gedeelte niet overslaan? Ik ben zo moe en morgen zal weer een intensieve dag worden.'

'Weet dat je altijd een vrije keus hebt. Besef wel dat er geen morgen en gisteren bestaan. Alles wat ooit is gebeurd, gebeurt en zal gebeuren, vindt op dit moment plaats. Maak je dus niet zo druk om die zogenaamde dag van morgen.'

'Ik snap het, denk ik. Ik weet dat ik een keus heb om terug te gaan in de ervaring of om alles te laten zoals het is. Maar dat laatste is ook goed, toch?'

'Ieder besluit is oké. Jij bent de enige regisseur van je bestaan. Ik ga jou echt niet vertellen hoe jij je leven moet leiden. Maar neem de besluiten wel vanuit je hart.' Debby zucht diep.



'Ik heb mijn besluit al genomen. Dat weet je. Ik draai nu alleen maar om de hete brij heen. Was er maar een minder pijnlijke manier om te helen, om bewust te worden.'

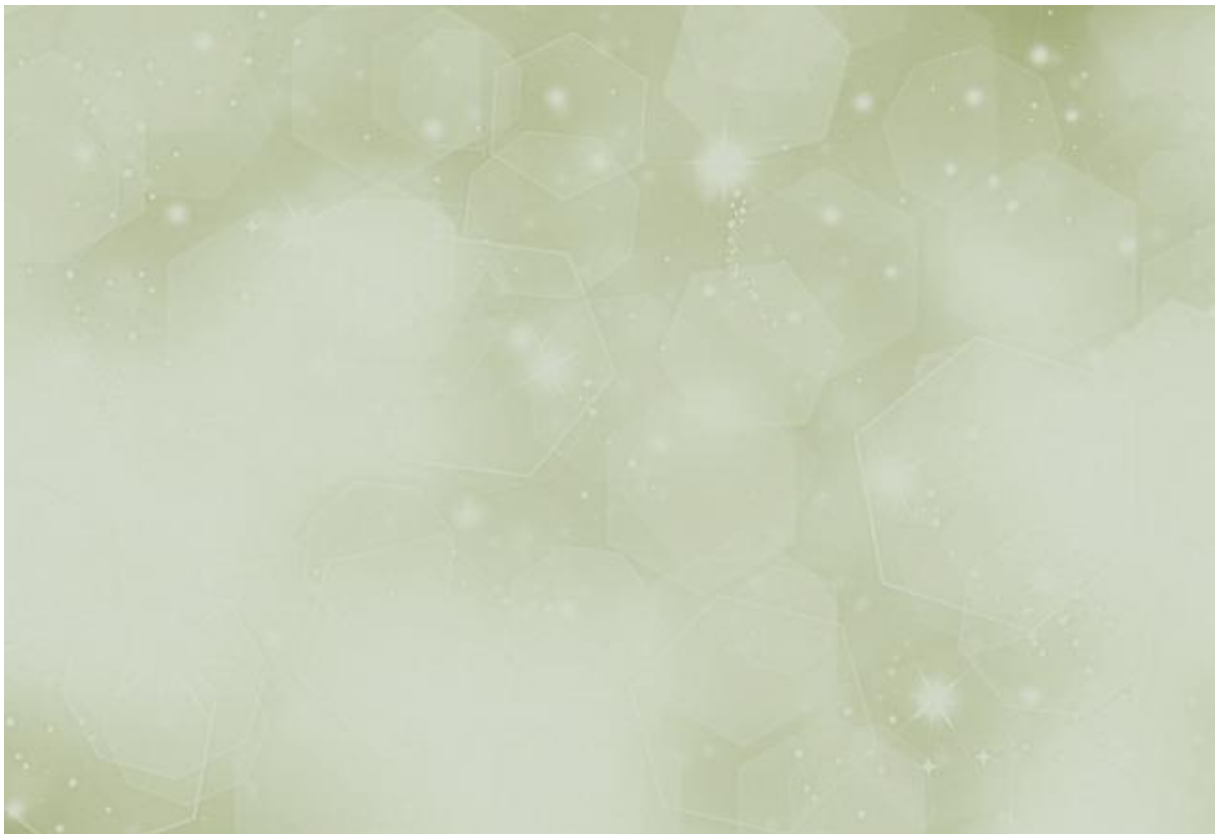
'Je bent al goed op weg in je helingsproces, lieverd. Je zocht steeds naar de ware weg buiten jezelf, terwijl alle antwoorden in jezelf liggen. Welnu, laten we geen stappen overslaan want anders gaat het eindeloos door met het herhalen van dezelfde dingen.'

'Goed dan. Dus ik ga opnieuw fragmentarisch mijn ervaringen herbeleven. Maar nu met de intentie om alles toe te laten, zonder de beelden weg te drukken. Betekent dit dat ik er zo dadelijk weer alleen voor sta, moederziel alleen?'

'Je bent nooit alleen, dat staat God niet toe. Er bestaat geen moment dat er geen engelen en gidsen bij je zijn. Je beseft het alleen niet zo.'

'Je blijft dus bij me. Ja, ik voel dat je de waarheid spreekt. Laten we er maar voor gaan. Ik ben er klaar voor, geloof ik ...'

'Sluit je ogen en maak je hoofd leeg. Weet dat ik dicht bij je ben. Je bent veilig. Ik zorg voor je. Net als anderen dat ook doen. Tot later lieverd.'





4. Het gekwetste kind

*Pas wanneer je je verleden vastpakt
kun je het loslaten,
in liefde ...*

Debby ploft neer op de bank. Ze voelt de kracht uit haar lichaam stromen. Het kan echt niet langer zo; misschien is het toch beter als Mark en zij gaan scheiden. Dan houdt die innerlijke strijd tenminste op. Debby droogt haar brandende ogen. Ze is zo moe.

Moe van het afstoten van haar partner, moe om hem steeds weer uit te moeten leggen wat ze dan wél van hem wil. Een liefdevolle arm om zich heen, maar even niet dat lange en verwachtingsvolle lichaam tegen zich aan gedrukt. Dat kan ze niet verdragen. Al een poos niet meer.



De ruzie van gisteravond was het dieptepunt. Hij zei het beu te zijn dat zij steeds weer de nare ervaringen met die arts als excuus aanhaalde om maar niet intiem met hem te hoeven zijn. Hij was verdorie die dokter toch niet. Bovendien vond hij dat zij dat voorval toch allang verwerkt had kunnen hebben tijdens die dure therapie.

Ook baalde hij van haar nachtmerries over hoge fluittonen. Was dat nou echt iets om nacht na nacht zwetend van wakker te worden? Debby had zich machteloos gevoeld bij deze verwijten. Ze voelde hoe Mark en zij steeds meer van elkaar verwijderd raakten. Ze vreesde dat hij weldra naar een ander zou verlangen. Naar een vrouwenlichaam dat hem wel kon schenken waar hij behoefte aan had.



Debby sluit haar loodzware oogluiken. Wat verlangt ze toch naar de wijsheid van Suzan. Haar gedachten vervagen totdat ze enkel nog een nevel in haar hoofd vormen. Dan glijdt ze weg uit haar bewustzijn naar een heldere ruimte gevuld met pure energie. Ze snuift een vertrouwde, zoete rozenwalm op.



Dan voelt ze hoe een fluistering als een tedere zucht haar huid beroert. Het zijn Suzans zachte woorden die om haar heen dansen.

'Het is veilig voor je om je verleden vast te pakken. Want daarna kun je het loslaten, in liefde. Je mag nu op jezelf vertrouwen.'

De schelle deurbel haalt Debby terug naar de bank in haar woonkamer. Haar lichaam voelt nu een stuk fitter aan. Nadat ze bij de voordeur een pakketje voor de burens in ontvangst heeft genomen, nestelt ze zich ontspannen in de fauteuil bij het raam.

Met het werkboek van de workshop op schoot weet ze intuïtief dat het tijd is om de emotie 'gekwetstheid' te behandelen. De tekst leert dat dit punt, gelegen op het nagelbed van de linker pink, verbonden is met het hart. Hardop leest ze de bijbehorende affirmatie op.

'Ik houd veel van mezelf en accepteer mezelf met mijn gevoel dat ik gekwetst ben. Ik vergeef mezelf en ... *(noem de naam die in je opkomt)* ... die dit heeft gedaan.' Met een diepe zucht fronst Debby haar wenkbrauwen. Haar bereidwilligheid lijkt eensklaps verdwenen. Ze ziet zichzelf deze oefening niet doen. Wat heeft het ook voor zin?



Natuurlijk komt de naam van die weekendarts naar boven, maar daar heeft ze nu echt even geen trek in. Misschien was dit alles toch niet zo'n goed idee.



Terwijl Debby's blik de wandklok opzoekt, bedenkt ze zich dat de was nog in de droger moet. Haar verstand rekent uit dat ze daarna nog anderhalf uur heeft om alle slaapkamers te stofzuigen en de lunch klaar te zetten voordat de tweeling uit school komt. Net wanneer ze het werkboek terug wil leggen op de boekenplank, wellen er wederom woorden op in haar hoofd, luider ditmaal.

'Het is veilig. Je mag op jezelf vertrouwen.' Een zachte streling glijdt over Debby's armen. De kalmte in haar geest keert terug. Ze weet nu dat ze zich alsnog aan de oefening mag overgeven. Met bijeen geraapte moed begint ze het drukpunt bij haar pink te masseren. Met gesloten ogen spreekt ze de affirmatie uit.

'Ik houd veel van mezelf en accepteer mezelf met mijn gevoel dat ik gekwetst ben.' Debby voelt haar ogen vochtig worden.

'Ik vergeef mezelf en ... en ... *mijn vader!*', stoot haar keel uit. Verbaasd laat Debby haar pink los. Hoezo haar vader?

Er is toch niets waarvoor zij hem nog behoeft te vergeven? Bij zijn overlijden heeft zij alle wrijvingen tussen hen met hem mee begraven. Dit klopt gewoon niet.

'Vertrouw op jezelf', echoot het andermaal in haar hoofd.



Debby wordt zich opnieuw bewust van de zoetige rozengeur. Ze weet dat ze nu door mag gaan met het bij de handpalm gelegen tweede drukpunt voor 'gekwetstheid', dat verbonden is met de dunne darm. Na een diepe zucht vindt ze het. Terwijl ze de beschermende, warme energie van Suzan om zich heen voelt, hoort ze zichzelf nogmaals de zin uitspreken.

Overtuigender ditmaal.

'Ik houd veel van mezelf en accepteer mezelf met mijn gevoel dat ik gekwetst ben. Ik vergeef mezelf en ... *mijn familie* ... die dit heeft gedaan!' Ogenblikkelijk hierna glijdt Debby naar haar innerlijke zelf.



Debby's kleine lijf wiebelt ongemakkelijk heen en weer. Waar is papa? Het gejammer uit de slaapkamer van haar nicht houdt onverstoorbaar aan. Debby wil uit de keuken weglopen, maar ze durft niet zo goed. Haar opengesperde ogen staren omlaag.

Ze ziet dat het bandje van haar linker slipper is gerafeld en dat de pleister op haar rechterknie al wat los laat. De kou van de granieten wandtegels trekt door haar lichaam heen.

Dan hoort ze een slaapkamerdeur hard dichtslaan en het gegiechel van haar neven op de gang. Als ze haar nu maar met rust willen laten.

Op dat moment begint de waterketel schuin voor haar steeds harder te fluiten. Debby drukt haar handen tegen haar oren aan en knijpt haar ogen stevig dicht. Ze hoort nu snelle voetstappen naderen terwijl ze een dreigende aanwezigheid binnen haar energieveld voelt.



Haar opengesloten ogen zien in de glanzende vloertegels de grote donkere gestalte van haar oom naast zich. Het handdoekenhaakje priemt nu erg pijnlijk tussen haar schouderbladen. Debby roept zachtjes om haar vader, maar de gillende ketel smoort haar trillende stem.

Het volgende moment voelt ze een koude hand op haar bovenarm. Terwijl haar lijf nu hevig begint te schudden, knijpt Debby haar ogen weer stijf dicht en smeekt ze haar gedachten haar mee op reis te nemen.

Wat heerlijk toch. Ze mag van papa nóg een rondje in de draaimolen. Nu wil ze in de koets. Debby's pretogen kijken dankbaar naar de kant waar haar vader staat. De harde carouselklanken zwellen weer aan en de paarden voor haar hobbelen steeds sneller vooruit. Wat geweldig, Debby voelt zich een prinsesje. Ze zwiert en zwaait. De sprookjeskoets mag nooit meer stoppen.



'Kan iemand dat vuur uitzetten!' De snepende stem van tante trekt Debby terug de realiteit in. De schreeuwende ketel drukt abrupt de vrolijke kermismuziek weg. Debby voelt weer de kou van de keukenmuur en een stekende pijn bij haar schouders. Ze hoort de voetstappen wegsnellen in de gang.

Als verdoofd loopt ze naar het fornuis toe en draait ze de fornuisknop om waarna het gekrijs afneemt. Door een waas van tranen heen ziet ze op de vloer een knoop van haar bloesje liggen. Ze wankelt naar de huiskamer waar ze papa bij haar oom ziet zitten. Snotterend rent ze op haar vader af en drukt haar hoofd tegen zijn arm aan.



Ze wil op zijn schoot, veilig in zijn armen. Papa kijkt haar even aan en tilt haar op zijn linkerknie terwijl haar oom met een zakdoek over zijn voorhoofd strijkt. Terwijl papa's ene hand een glas bier van tafel oppakt, maakt zijn andere hand driftige gebaren.

Even later hoort Debby beide mannen bulderen van het lachen. Ritmisch laat ze zich meebewegen met papa's schokkende lichaam. Wanneer ze haar ogen sluit, waant ze zich weer in de hobbelende koets.





5. De vermoorde geest

*Wie zich het verleden niet herinnert,
niet waarlijk hiervan heelt,
is gedoemd het te herhalen.*

'Je hebt het heel erg goed gedaan, lieverd. Je hebt de moed gehad de ervaring nu compleet te beleven, zonder een gedeelte ervan te ontkennen.' Jezechaël straalt zijn liefdevolle licht uit over Debby's rillende lijf.

'Maar het was vreselijk. De angst, de pijn, de schaamte ... En er was niemand die zich om mij bekommerde. Ik was nog maar een kind, een onschuldig kind!' Debby trekt de deken over haar hoofd heen. Het liefst zou ze oplossen in het niets.

'Lieverd, luister naar me. Niet alleen ik, maar ook Omadel, de Engel van Bescherming, was in die keuken bij je. En Suzan was er ook. Je bent echt nooit alleen geweest.'

'Maar waarom, waaróm hebben jullie je toen niet geopenbaard, op een manier die een kind snapt? Ik ben voor mijn gevoel helemaal alleen door die hel gegaan. Ik dacht echt dat er niemand op aarde was die ook maar iets om mij gaf.'

'Het was de beslissing van je ziel om door deze ervaring heen te gaan. Daarom mochten wij niet ingrijpen.'

'Waarom dan? Ik was verdorie nog zo jong, een klein en bang meisje voor wie de hele wereld een grote bedreiging was. Waarom mocht ik niet net als mijn vriendinnetjes blij en gelukkig zijn?'





'Lieverd, ik begrijp het leed van het kind dat ik nu hoor. Maar geloof jij nu, als volwassene, dat je per toeval met deze ontberingen van het leven bent geconfronteerd? Dat deze niet geheel zouden overeenkomen met je zielsagenda?'

'Ja ja, je krijgt precies datgene wat je wilt ervaren in dit leven. Ik weet het verstandelijk heus wel. Maar leg het me alsjeblieft nog eens uit, Jezechaël. Ik wil begrijpen waarom ik dit alles heb moeten ondergaan. Heb ik dan zelf voor die pijn gekozen?'

'Je kiest vooraf niet gedetailleerd voor het leven dat je op aarde zult ervaren. Wel kun je kiezen voor personen, plaatsen en gebeurtenissen die zich aan je openbaren evenals de uitdagingen, kansen en obstakels die je tegenkomt. Je kiest zelf wat je met al dit gereedschap doet. Jij mag het invullen, je mag zelf je eigen levenspad creëren.'



'Dus ik, of eigenlijk mijn ziel, heeft gekozen voor dit leven, waarin alles aanwezig is om precies dat aan te trekken wat op mijn weg moet komen?'

'Je ziel kiest voor de ervaringen in dit leven.'

'Maar waarom zou ik vrijwillig kiezen voor al dat leed? Waarom doet mijn ziel dat?'

'Heb geduld, lieverd. Je zult het straks allemaal begrijpen.' In de stilte die erop volgt kalmeert Debby's ademhaling. Langzaam gaat ze rechtop in haar bed zitten.

'Ik ben blij Jezechaël, blij dat dit nu aan het licht is gekomen. Ik voel nu al dat er ruimte binnenin me ontstaat.'

'Dat is fijn. Ben je eraan toe om je andere emoties onder de loep te nemen of wil je eerst even pauzeren?'



'Het is goed zo, laten we maar verder gaan. Dan hebben we dat ook gehad.' Debby's woorden klinken gelaten.

'Goed, hoe ging het verder met jou en je huwelijk nadat je je voor een deel bewust was geworden van deze jeugdervaring?' Jezechaël kijkt zijn beschermeling bemoedigend aan.

'Het was een heel verwarrende tijd met veel emotionele uitbarstingen. Ik was vooral woedend op mijn oom en neven. Ik walgde van hen; ze hadden met hun poten van me af moeten blijven. Sorry dat ik zo grof word.'

'Het is zoals het is, lieverd. Jouw emoties mogen er zijn. Geef ze maar de ruimte.'

'Goed dan.' Debby recht haar rug.

'Ik háátte die viezeriken. En weet je wat ik het ergste vond? Dat ik door deze ervaringen als kind niet heb geleerd hoe ik met intimiteit moest omgaan. Ik wist niet wat het verschil was tussen een bemoedigende hand op mijn lijf en een hand die andere bedoelingen had. Dat levert heel wat schuldgevoel op, want mág ik wel verlangen naar meer aanrakingen? Zal ik daar niet verkeerd op reageren? Ook díe scheidslijn is door hun toedoen helemaal vervaagd!' Debby beeft van frustratie.

'Ik begrijp het, lieverd. Laat al je opgekropte emoties nu maar vrij. Ze mogen er zijn, je mag ze naar het licht brengen.'

'Ze hebben mij een stuk van mijn leven ontnomen, een stuk dat ik nooit meer terugkrijg. En dat besef komt keihard aan, keer op keer. Het voelt als de slag van een molenwiek die aangedreven door de harde wind steeds opnieuw mijn ziel verdrukt.'





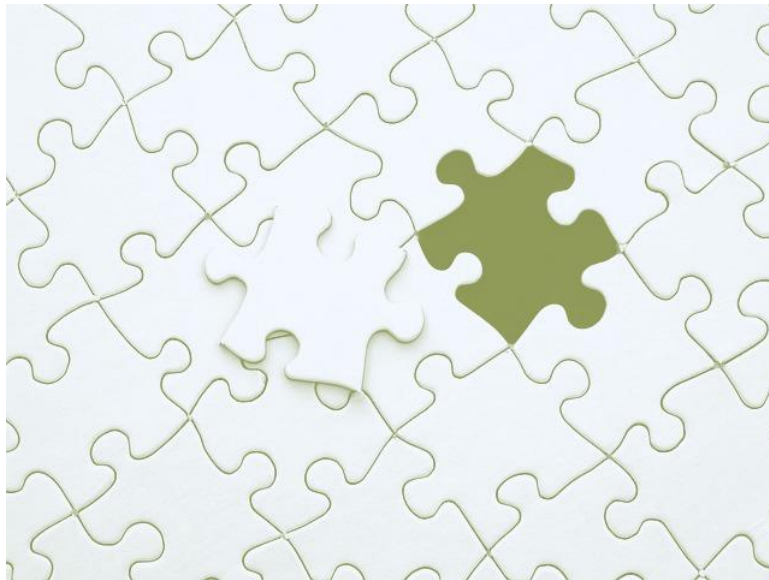
Debby barst nu in huilen uit terwijl Jezechaël zijn licht over haar schijnt. Na een tijd valt ze snikkend in slaap.

Het schemert al wanneer Debby weer ontwaakt. Ze ziet dat haar hoofdgids nog steeds aan haar zijde staat. Zijn glimlach vervult haar met hoop.

'En lieverd, hoe is het nu met je?

'Ik voel me al een stuk beter. Wat fijn dat ik mijn hart mocht luchten, dat ik eindelijk mijn waarheid hardop mocht zeggen zonder daarop afgerekend te worden. Dankjewel daarvoor Jezechaël.'

'Graag gedaan. Zullen we nu verder gaan? Vertel me eens hoe het verder ging met je huwelijk.'



'Ik heb Mark alles verteld. De meeste puzzelstukjes waren namelijk op hun juiste plek gevallen. Hij moest weten waarom de dingen waren gelopen zoals ze zijn gelopen. Hij had recht op de waarheid.'

'Hoopte je dat dit jullie relatie zou redden?'

'Daar ging ik helemaal van uit, ja. Zodra hij mijn verleden kende, zou hij mijn gedrag ook veel beter begrijpen en zou hij inzien dat niet ik, maar mijn verleden hem had afgestoten. Hij zou begrijpen dat het dankzij deze bewustwording een stuk beter tussen ons zou gaan.'

'Maar dat liep anders, nietwaar?'

'Inderdaad ja. Zijn woorden vertelden me weliswaar dat hij het begreep en dat hij blij was dat alles nu boven water was gekomen, maar zijn houding bleef koel en afstandelijk. Ik hoopte heel erg dat de intimiteit tussen ons weer terug zou keren. Tevergeefs. Wanneer ik in bed voorzichtig tegen hem aan ging liggen, hield hij zich slapende. Zelf nam hij geen enkel initiatief meer.'



'Wat deed dat met jouw gevoelens?'

'Het deed me heel erg pijn. Zijn afwijzing kwam heel hard aan. Het leek wel alsof hij op deze manier wraak wilde nemen voor mijn gedrag van die periode daarvoor. Een paar weken later vertelde hij me dat hij een poos daarvoor verliefd was geworden op een ander.' Debby veegt haar ogen droog.

'Voor de zoveelste keer in korte tijd werd de grond onder mijn voeten weggevaagd. Ik was er ronduit kapot van. Vooral toen hij aangaf niets te zien in huwelijkstherapie. Wel wilde hij voorlopig bij mij en de kinderen blijven totdat ik mijn leven wat meer op de rails zou hebben. Onze relatie was uitgelopen op een verstandshuwelijk. Afschuwelijk, hij woonde fysiek bij ons, maar zijn hart was inmiddels verhuisd naar een andere vrouw.'



'Toch moest je verder met je eigen leven.'

'Dat besef was er wel. Ik was namelijk niet alleen, ik moest ook voor mijn dochters zorgen. Maar mijn eigenwaarde was gedaald tot onder het vriespunt. Ik geloofde dat ik het niet waard was om nog geliefd te zijn. Ik voelde me zo vies en misbruikt.'

'Dat is wat seksueel misbruik met je doet, het is moord op je geest. Je zelfrespect lost helemaal op en je verstand vertelt je dat het gebeurde geheim moet blijven, omdat je anders je familie kwijtraakt. En omdat je vader er wel van afwist maar er niets aan deed, was dit voor jou ultiem verraad. Vandaar je boosheid op hem. En onbewust ook op Mark.'

'Het was ook zo vreselijk oneerlijk dat ik zo bang was terwijl zij fout zaten. Ze hebben mijn kinderlijke onschuld verwoest.'

'Wat besloot je met dat gevoel te doen?'

'Ik wist dat ik er met iemand over moest praten. Dit was te veel om alleen te verwerken. Toen besloot ik naar mijn nieuwe huisarts te gaan die



mij eerder al had doorgestuurd naar de psychiater. Zij was de enige die ik op dat moment nog vertrouwde.'

'Laten we daar de volgende keer weer op terugkomen, lieverd. Ik vind het voor nu genoeg geweest. Ga lekker in de refter een hapje eten en rust goed uit. Gun jezelf de tijd om bij te komen. Zodra je zover bent, mag jij zelf het proces weer in gang zetten.'





6. Flarden herinneringen

*Er bestaan geen slachtoffers,
net zomin als er daders zijn.*

Die nacht woelt Debby onrustig in haar bed. Terwijl ze steeds van haar ene zij op haar andere draait, waakt Jezechaël liefdevol aan haar zijde. Na een poos leidt Debby's droom haar terug naar de wachtkamer van haar nieuwe huisarts.

Er is niemand anders. Gelukkig maar, nu kan Debby zich in alle rust voorbereiden op het gesprek dat zo zal plaatsvinden. Het gesprek dat zovele jaren niet gevoerd mocht worden. De loodzware woorden die sinds haar jeugd vastgeketend waren in de kelder van haar onderbewustzijn, mogen in het hier en nu uitgesproken worden.

Ook wil ze haar gestrande huwelijk aankaarten. Wellicht kunnen ze dadelijk samen tot een goed plan komen. Wat fijn toch dat ze nu een huisarts heeft die ze volledig kan vertrouwen, bij wie ze zich veilig voelt. En begrepen.



Even later zwaait de deur van de behandelkamer open. Een grijzige man knikt Debby in het voorbijgaan toe waarna hij, gesteund door een wandelstok, langzaam de praktijk uitwandelt. Een naar binnen geglipte



kille windvlaag bezorgt Debby kippenvel. Ze voelt hoe haar hartslag demarreert, hoe haar spieren zich aanspannen. Een stem binnen in haar gebiedt haar weg te lopen. Weg, naar buiten, waar de drukke Dorpsstraat haar weer zal opslokken en terughalen naar haar leven van alledag.

Het leven dat haar al zo veel leed heeft bezorgd, maar dat ook zo vertrouwd is. Dan verschijnt de huisarts breed glimlachend in de deuropening.

‘Kom maar verder hoor, Debby’, klinkt het uitnodigend.

De neergeslagen ogen aan de andere kant van het bureau bezorgen Debby een onheilspellend gevoel. Terwijl ze zojuist haar diepste geheim bovenhaalde, zag ze ondertussen hoe de blik van de huisarts steeds meer zorgelijke trekken vertoonde. Het verwarde Debby, op deze reactie had ze totaal niet gerekend.

‘Begrijp ik het goed dat jij je niet het complete voorval weet te herinneren?’, verbreekt de vrouw aan de andere kant van het bureau de wurgende stilte. Debby’s stotterende woorden beamen dit. De huisarts zucht diep waarna de gespannen atmosfeer zich als een olievlek uitbreidt.



‘Weet je’, klinkt het uiteindelijk, ‘meestal is het zo dat slachtoffers van seksueel misbruik zich bepaalde situaties nog feilloos weten te herinneren. Het is als een film die in hun hoofd wordt afgespeeld. Begrijp je wat ik bedoel?’

Debby zit vastgevroren aan haar stoel. Haar vertwijfeling groeit zienderogen.

‘Het gebeurt ook regelmatig dat vrouwen uit zelfbehoud deze ervaringen verdringen’, vervolgt de arts haar relaas.



'Op latere leeftijd herinneren zij zich dan weer wat zich heeft afgespeeld. Maar ook dan is de herinnering min of meer compleet en aaneengesloten. Bij jou zijn slechts flarden boven gekomen.'

Opnieuw valt er een oorverdovende stilte. Onuitgesproken woorden maken Debby duidelijk dat de huisarts haar prille bewustzijn niet wenst te erkennen. Haar oren suizen, haar benen voelen aan als pap. In haar hoofd hoort ze aanzwellende draaiorgelklanken. Door een nevel van tollende koetsen ziet ze hoe de vrouw een boek van een plank pakt en dit voor haar neerlegt.



'Debby, hoor je wel wat ik zeg?' Dwingende woorden trekken Debby uit de carrousel, terug de spreekkamer in.

'Dit boek is van twee psychologen die onderzoek hebben gedaan naar vermeend seksueel misbruik. Hieruit blijkt dat een zogenaamde hervonden herinnering vaak berust op een misverstand. De menselijke geest is namelijk helemaal niet geneigd traumatische herinneringen te verdringen, laat staan te vergeten. Ik wil je dit boek graag uitlenen. Lees het eens goed en laten we daarna verder praten.'

Debby voelt hoe haar verstijfde lijf inmiddels iets is versoepeld. Wankelend staat ze op.

'Nee, bedankt', spreekt haar hese stem. 'Ik weet genoeg. Dankjewel voor je tijd.'

Nadat Jezechaël een liefdevolle lichtbundel over zijn pupil heeft geworpen, ontwaakt Debby langzaam uit haar droom. Met verwarde ogen staart ze haar hoofdgids aan.



'Jezechaël, ik dacht dat we hadden afgesproken dat ik jou zou laten weten wanneer ik het proces weer in gang wilde zetten', klinkt het verwijtend. 'Dat heb ik helemaal nog niet gedaan. Waarom laat je me dan ongevraagd deze droom beleven?' Debby gaat rechtop zitten.

'Het is iets anders gegaan lieverd. Ik zei dat jij het mocht aangeven wanneer je zover was. Alhoewel jouw verstand dit moment steeds uitstelde, besloot jouw ziel het sein groen te geven, omdat die weet dat het tijd is om jouw helingsproces voort te zetten. Begrijp je dat?' Nadat zijn pupil zwijgend haar hoofd heeft geknikt, vervolgt Jezechaël: 'Laten we weer verdergaan met je huisarts. Je voelde je na dat bezoek weer terug bij af, nietwaar?'



'Nogal ja. Ik was lamgeslagen en waande me weer op het randje van de afgrond. Het had me zo veel moed en energie gekost om met mijn verhaal naar buiten te treden, maar door die vrouw begon ik weer hevig te twijfelen aan mezelf. Had ik wel het recht dit allemaal op te rakelen? Moest ik niet gewoon alles vergeten? Wás het eigenlijk allemaal wel echt gebeurd? Ik wist het gewoon niet meer. Misschien had ze wel gelijk en had ik me alles verbeeld.'

'En, was dat ook zo?'

'Nee, natuurlijk niet! Na een paar dagen kwam het besef duidelijk terug. Iedere vezel in mijn lichaam gaf aan dat dit de waarheid was. En dat die waarheid door mijn huisarts werd ontkend, zei helemaal niets over de kern ervan, namelijk dat het de enige waarheid was en is.'



'Jouw waarheid, niet dé waarheid ...' Het is even stil.
'Hoe bedoel je dat?' Debby's woorden klinken geïrriteerd.
'Vanuit jouw perspectief is het inderdaad de waarheid, precies zoals het volgens jou is gegaan, geheel overeenkomstig jouw ervaring.'
'Dus ...?'

'Bekijk het eens vanuit het gezichtspunt van jouw oom en neven. Denk je dat het hún waarheid is dat ze jou hebben aangerand?'

'Hoezo? Natuurlijk weten ze donders goed dat ze hartstikke fout zaten!' Debby's stem slaat bijna over.

'Is dat echt zo, weet je absoluut zeker dat ze dit ook zo hebben opgevat?'

'Ik snap niet waar je heen wilt en ik weet eerlijk gezegd ook niet of me dat wel bevalt. Gisteren zei je me nog dat mijn emoties er mogen zijn. Waarom haal je die dan nu onderuit?'

'Je mag je weggestopte emoties helemaal bevrijden lieverd. Daarna mag je je bewustzijn toelaten. Dat zorgt ervoor dat je niet blijft steken in het proces met als risico dat je jezelf als slachtoffer beschouwt.'



'Die lui hebben me pijn gedaan en daarvan heb ik een groot deel van mijn leven last gehad. Mag ik ze daarop alsjeblieft afrekenen?'

'Kijk lieverd, wat ik bedoel is dat zij, wat jij ziet als seksueel misbruik, misschien hebben geïnterpreteerd als een spannend maar onschuldig spelletje. Zou dat mogelijk kunnen zijn, denk je?'

'Verdorie, trek jij ook al mijn woorden in twijfel Jezechaël?' Debby geeft haar verontwaardiging de vrije teugels.

'Het gaat er niet om wat ik vind, lieverd. Wat vind jij? Dát alleen telt. Maar akkoord, om je gerust te stellen, ik weet heel goed dat er verkeerde handelingen hebben plaatsgevonden. Maar nogmaals, kan het mogelijk zijn dat de zogenaamde daders daar anders naar kijken?'



'Ja, natuurlijk doen ze dat. Hoe anders kunnen zij hun gedrag voor zichzelf rechtvaardigen? Maar dat neemt toch niets weg van de schuldvraag? Zij zijn toch zelf verantwoordelijk voor het leed dat ze hebben aangericht?'

'Ja en nee. Ja, ze zijn er verantwoordelijk voor dat ze jou als kind pijn hebben gedaan. Dat recht hadden ze absoluut niet. Ze hebben jouw kinderlijke onschuld geweld aangedaan.'

'Nou dan!'

'Ze zijn echter niet verantwoordelijk voor hoe jij je nu voelt. Als kind heb je meestal geen keus, als volwassene des te meer. Jij bepaalt nu zelf hoe jij omgaat met jouw ervaringen en bewustwording. Als jij nu last ondervindt van wat zich vroeger heeft afgespeeld, mag jij je afvragen welke huidige gedachte dit in stand houdt.'

'Wil je hiermee zeggen dat ik ze maar moet vergeven?' Debby kan een spottende lach niet onderdrukken.

'Je moet niets. Maar inderdaad, van vergeving zou je zelf erg opknappen.'

'Maar Jezechaël, hoe in vredesnaam kan ik die lui dit vergeven? Je zei net zelf al dat zij het recht niet hadden mij dit aan te doen. Als ik het ze nu vergeef, komen ze er wel erg gemakkelijk van af, toch ...?'



'Dit lijkt op ons eerdere gesprek over die weekendarts. Nee lieverd. Vergeving heeft niets te maken met iets goed praten. Vergeving zegt niets over de daad, maar alles over hoe jij verkiest hiermee om te gaan. Wat je feitelijk doet in het vergevingsproces is die ander loslaten. Jij bepaalt voor jezelf dat die betrokken persoon geen macht meer over je heeft. Anders gezegd, vergeven is je eigen macht en kracht weer terugnemen. Zodat alleen jijzelf kan bepalen hoe jij je voelt. Die ander zet je daarmee buitenspel.'



'Ik begrijp heus wel wat je bedoelt, maar wat je van mij vraagt is wel heel erg veel. Want ik blijf erbij, dat die ander er zo wel erg gemakkelijk van afkomt.'

'Het zij zo. Maar het gaat om jou lieverd, niet die ander. Jij bepaalt in het hier en nu hoe jij je voelt. Is dat niet een geweldige gewaarwording? Jij bent bevrijd van jouw leed als jij die beslissing daartoe neemt. Kun jij één goede reden bedenken om niet vrij te willen zijn?'

'Nee, natuurlijk niet. Was het maar zo simpel', verzucht Debby.

'Het ís zo simpel lieverd.'

'Ja ja, maar kunnen we nu terugkomen op die meelevende huisarts? Je gaat me toch niet vertellen dat ik haar ook maar moet vergeven? Als we dan toch liefdadigheid uitdelen ...'

'Nogmaals, vergeving is een keuze. Je móet dus niets. Maar nu je het toch suggereert ...'

'Jezechaël, waarom stel je me steeds zo op de proef? Telkens wanneer ik me bewust word van een opgelopen trauma uit het verleden, vraag je me deze gebeurtenis los te laten en de ander te vergeven.'

'Dat komt lieverd, omdat jij hier op aarde bent om te helen en bewustzijn te ervaren. Dit mag je vervolgens weer aan anderen schenken.'

'Aan anderen schenken? Maar hoe dan, en waarom, en wanneer ...'

'Het wordt je binnenkort allemaal wel duidelijk. Maar neem nu eerst de rest van de dag vrij. Vertrouw op je intuïtie. Morgen ontmoeten we elkaar weer ...'





7. Heilige dans

*Ons bestaan is als een cirkel,
volkomen heel,
zonder begin en zonder einde.*

De woorden van Jezechaël echoën nog na in Debby's hoofd wanneer ze door de kloostertuin wandelt. Ze heeft altijd wel gevoeld dat ze met een bepaalde reden op aarde is gekomen, maar dat zij hulp kan verlenen aan haar medemens had ze nog niet eerder voor mogelijk gehouden. Toch voelt die gedachte goed aan. Dan zou al haar leed immers niet voor niets zijn geweest.

In de verte hoort Debby nu vrolijke muziek. Nieuwsgierig versnelt ze haar pas. Als ze de hoek omgaat ziet ze op het gazon een groep mensen staan. Naast hen ligt een blauwfluwelen doek gedrapeerd met daarop wat windlichtjes.



Als Debby er nieuwsgierig naartoe wandelt, herkent ze de man die ze gisteren op de gang ontmoette. Ongemakkelijk knikt ze naar hem wanneer hij haar vriendelijk toelacht.

'En, gaat het vandaag al wat beter met je? Ik maakte me best wel ongerust.'



'Ja hoor', knikt Debby. 'Het gaat alweer een stuk beter na een goede nachtrust.'

'Fijn te horen. Mijn naam is trouwens Alex.' De man steekt zijn hand naar Debby uit.

'Hallo, en ik ben Debby', klinkt het al een stuk meer ontspannen. Voordat Alex nog iets kan zeggen, wendt hij zijn blik naar links af.

Wanneer Debby dezelfde kant opkijkt, ziet ze een vrouw die vanuit het koetshuis de groep tegemoet loopt. De zon kleurt haar lange blonde haren goudgeel. Haar lichtblauwe gewaad reikt tot aan haar enkels. Zodra ze de groep is genaderd, verstomt het geluid.

'Hallo allemaal, ik ben Maria.' De vrouw kijkt met vrolijke ogen beurtelings alle mensen in de groep aan. 'Wat fijn dat jullie hier allemaal zijn gekomen voor een les in sacred dance.'

'Sacred wat?', klinkt een norse stem aan de overkant. Debby herkent nu de lichtgetinte man die in de haven luidkeels zijn ongenoegen kenbaar maakte over de onwillige ezel die hem naar boven moest vervoeren. Een glimlach vormt zich om haar lippen.

'Sacred dance', herhaalt de docente vriendelijk. 'En wat is jouw naam?'

'Ik ben Paul, maar ik geloof dat ik weer doorloop. Ik moet hier helemaal niet zijn.'

'Blijf nog even Paul, dan leg ik eerst uit wat Sacred dance inhoudt en waarom we jou graag erbij hebben.' De man beweegt wat ongemakkelijk maar blijft toch in de groep.



Maria vervolgt: 'We gaan zo dadelijk samen dansen in een cirkel.' Terwijl ze knikt naar Paul die haar inmiddels verschrikt aanstaart, vervolgt ze haar uitleg. 'De cirkel is een oeroud symbool en vertegenwoordigt heelheid omdat hij geen begin en geen einde kent.'



Omdat iedereen even ver van het midden af staat, zijn we elkaars gelijke. Sacred dance is de taal van de ziel: dus wat jou beweegt van binnen, breng je al bewegend tot uiting.'

'Maar dat innerlijke gevoel is voor iedereen toch verschillend?', wil Alex weten.

'Dat klopt', beaamt Maria. 'Ieder mens stapt op zijn of haar manier in de kring met zijn eigen achtergrond, met zijn eigen overtuigingen. Het is daarom ook voor iedereen een unieke ervaring, want we communiceren al dansend met onszelf, met de ander én met God.'

'Maar op welke muziek doen we dat dan?' Debby's nieuwsgierigheid groeit gestaag.

'Op zowel klassieke, religieuze, folkloristische als moderne muziek dansen we gezamenlijk symbolen en patronen. In het midden van de kring branden de kaarsjes die symbool staan voor ons innerlijk licht.'

'Ik denk echt dat ik beter kan gaan', probeert Paul nogmaals. 'Ik struikel normaal al over mijn eigen benen, laat staan als ik hier een beetje de acrobaat moet uithangen.' Debby hoort hoe Alex naast haar het uitproest.

'Lieve Paul.' Maria's woorden blijven kalm en liefdevol. 'Het is niet mogelijk met Sacred dance fouten te maken. Fouten bestaan niet, slechts variaties. Bovendien komen we net een persoon te kort als jij niet meedoet. Ik zou het dus erg fijn vinden als je het toch zou willen proberen.' Paul knikt Maria toe terwijl hij een luide zucht slaakt.



'Lieve mensen, laten we gewoon beginnen met de Zonnedans', roept Maria enthousiast. 'Het wijst echt allemaal zichzelf wel. Laten we elkaars handen nu vasthouden.' Zowel Alex als de man aan Debby's andere zijde reiken haar hun hand. Debby's lichaam verstijft. In een flits ziet ze haar twee neven aan weerskanten van haar staan. Haar oren suizen terwijl ze het bloed uit haar hoofd voelt stromen.



'Gaat het?', fluistert Alex geschrokken. Zijn sympathieke ogen brengen Debby tot bedaren.

'Sorry', stamelt Debby. 'Ik had even een duizeling. Het gaat wel weer.' Licht natrillend pakt ze beide handen aan. De twee stevige handgrepen voelen veilig aan.

'Weet je het zeker?', houdt Alex aan.

'Ja, echt', verzekert Debby hem.

Het volgende moment volgt de groep de instructies van Maria op waarna er gedanst wordt op de vrolijke klanken van folkmuziek. Zelfs Paul lijkt zich enigszins te hebben overgegeven aan het proces. Na de eerste twee dansen ervaart Debby een enorme groepsenergie. Ze voelt dat ze dit urenlang zo kan volhouden.

Als in een trance geeft ze zich helemaal over aan de meditatieve bewegingen. Dat ze bij sommige dansen haar armen moet slaan om de heupen van haar buurmannen, deert haar helemaal niet meer. Maar wanneer plotseling de vrouw tegenover haar zich snikkend uit de kring terugtrekt en Maria de muziek stopzet, ontwaakt Debby uit haar roes.

'Laat de tranen maar komen hoor, Sofia', spreken Maria's troostende woorden. 'Bij deze dans maken we contact met ons innerlijke kind. Voor veel mensen is dat erg confronterend en een emotionele ervaring.' Nadat de vrouw zich na een paar minuten weer heeft aangesloten bij de kring, geeft Maria aan dat ze nog één dans wil doen.

'Laten we eindigen zoals we begonnen zijn: met de Zonnedans. Dan is de cyclus weer rond.' Wanneer de laatste klanken zijn weggeëbd, volgt het afscheid van Maria. Nadat ook Debby met een hartelijke omhelzing afscheid heeft genomen, loopt ze terug naar haar cel waar ze pas laat die avond in slaap valt en opnieuw een droom beleeft.





8. Engelenmeditatie

*Thuis is waar een hemels orkest,
in een oceaan van helder licht,
Goddelijke klanken inzet.*

'Ga zitten Debby.' De huisarts schuift ongemakkelijk haar eigen stoel aan. 'En, hoe is het nu met je?', vraagt ze voorzichtig. Een zucht ontsnapt uit Debby's keel.

'Ik wil even terugkomen op ons gesprek van laatst. Ik ben namelijk erg teleurgesteld in je reactie. Ik had echt gehoopt dat ik je kon vertrouwen.' Debby kan haar opwellende tranen ternauwernood beteugelen. De ogen tegenover haar blijven strak op haar gericht.



'Debby, ik wilde je alleen maar beschermen. Als je een rechtszaak begint tegen je familie, kan dat je veel teleurstelling en extra pijn bezorgen. Ik wil dat je dat goed beseft.'

Debby gelooft haar oren niet. Hoezo rechtszaak? Denkt ze nou werkelijk dat ze haar oom en neven voor de rechter wil slepen?

'Maar dat wil ik helemaal niet!', roept ze fel. 'Ik ben juist blij en dankbaar dat ik nu antwoorden heb, dat mijn diepe vermoedens nu eindelijk bevestigd zijn.'

'Maar dat is het nou juist', volgt direct de reactie. 'Je vermoedens zijn helemaal niet bevestigd. Flarden herinneringen duiden vaak niet op de realiteit.'



Uit haar bureaulade tovert de arts een boek tevoorschijn dat ze voor zich uit schuift. Debby herkent de kaft van de vorige keer.

‘Lees het nou maar, het kan echt geen kwaad. Het zal juist verhelderend werken.’ Debby voelt hoe haar frustratie wil ontvlammen. Met een diepe ademhaling weet ze echter haar rust te hervinden.

‘Weet je’, klinken dan haar kalme woorden. ‘het maakt me helemaal niet uit of je me gelooft of niet. Het gaat erom dat ik mijn eigen waarheid erken en hiermee tevens mijn dochters bevrijd van mijn karmische bagage. Wat een ander daarvan vindt, is eigenlijk niet van belang.’ De huisarts begint te stotteren.

‘Maar, maar ik vind het wel erg, erg belangrijk dat je jezelf hier in de praktijk veilig blijft voelen.’ Debby voelt hoe de adrenaline door haar aderen spuit terwijl haar jammerende nichtje voor haar geestesoog verschijnt.

‘Veilig? Veilig!? Weet je wat ik echt erg vind? Dat er op dit ogenblik talloze vrouwen depressief thuis zitten omdat ze hun leven maar niet op de rails krijgen. Vrouwen die het seksueel misbruik in hun jeugd hebben verdrongen uit zelfbehoud en bij wie de herinneringen vroeg of laat aan de oppervlakte komen. In flarden of desnoods netjes in chronologische volgorde, wat maakt het ook uit!’ De huisarts zwijgt terwijl haar groot opgezette ogen haar patiënte blijven aanstaren.



‘Maar wat als die vrouwen uiteindelijk naar hun huisarts durven te gaan, die vaak hun enige vertrouwenspersoon is?’, vervolgt Debby. ‘Wat als ze voor het eerst in hun leven hun diepste geheim durven te verwoorden om vervolgens te horen dat ze eerst maar een boek moeten lezen ...? Een boek waarin nota bene zonder blikken of blozen wordt getwijfeld aan de betrouwbaarheid van hun herinneringen? Wat moeten al die vrouwen dan? Waar kunnen ze in godsnaam dan nog naartoe!?’



Het duizelt in Debby's hoofd. Achter een vloed van tranen ontwaart ze het geschrokken gezicht van de huisarts. Wankelend bereikt ze de deur. Ze moet hier weg. Naar huis, waar een leegte op haar wacht. Een leegte die niets van haar verlangt en waar ze weer ongelukkig mag zijn, zonder daar verantwoording voor af te hoeven leggen.



Met een schok ontwaakt Debby. Haar rillende lichaam komt pas tot rust wanneer ze even later vlak naast haar een helend licht ervaart.

'Dat was heftig lieverd ...'

'Ja, dat was het zeker. Ik voelde me zo verraden en alleen. Zó alleen ...', snottert de getergde vrouw.

'Maar dat was je niet, dan ben je nooit', klinkt het troostend.

'Nu weet ik dat. Achteraf weet ik zoveel meer. Maar waarom hebben jullie me toen niet getroost, Jezechaël? Ik had zo'n behoefte aan warmte.'

'De engelen en ik stonden klaar met heel veel licht en liefde. Maar onbewust stond jij jezelf niet toe deze te ontvangen. Diep van binnen had jij namelijk besloten dat je alleen moest zijn en veel verdriet moest ondergaan. En dus kreeg je die ervaring zo voorgeschoteld.'

'Dat begrijp ik wederom niet. Wil je zeggen dat ik zelf koos voor al dat leed?'

'Op onbewust niveau wel, ja. Natuurlijk vond jij het lijden op zichzelf niet prettig, maar het gaf je wel houvast. Juist omdat dit gevoel jou zo vertrouwd was, wilde je onbewust je daaraan vastklampen. Je moet weten dat het toelaten van een nieuw gevoel of bewustzijn veel moed vergt. Veel mensen durven dat niet aan en kiezen daarom voor de bekende weg, zelfs als die pijn veroorzaakt.'



'Maar ik was op dat moment helemaal de kluts kwijt. Jullie wisten toch dat ik niet helder kon denken? Waarom deden jullie dan niet wat het beste was voor mij?'

'Op spiritueel niveau was deze ervaring het beste voor jou. Nogmaals, wij mogen niet ingrijpen in jouw proces. We schenken pas troost wanneer jij besluit dat toe te laten. Dat vergt overgave en bewustzijn. Zover was je toen nog niet. Je zat te veel vast in je diepe overtuiging dat je het verdiende te moeten lijden.'



'Ik was heel erg boos op God. Ik heb hem vervloekt om zijn onrechtvaardigheid.'

'Dat weet ik, en dat vond hij niet erg. Nogmaals, je wist toen nog niet beter.' Debby sluit een moment haar ogen om deze wijsheid goed binnen te laten komen. Dan vervolgt ze het gesprek.

'Maar om terug te komen op mijn huisarts; je bent het toch met me eens dat ze er helemaal naast zat?'

'Is dat zo? Had ze het echt zo bij het verkeerde eind?'

'Nou breekt mijn klomp!' Debby gooit haar handen vertwijfeld de lucht in. 'Zij trok mijn woorden openlijk in twijfel. Ze behandelde me als een kind dat verhaaltjes verzon. Dat kan je toch niet zijn ontgaan, Jezechaël?'

'Wat ik heb geconstateerd is dat ze zich zorgen om jou maakte. Ze wilde je graag extra pijn besparen. En in dat proces verloor zij haar heldere kijk op de zaak. Geen halsmisdaad, wat mij betreft.'

'Wat een onzin. Het kon haar allemaal niets schelen. Ze wilde gewoon van mijn gezeur af zijn. Wat weet zij nou van mijn ervaringen?'



'Wat weet jij nou van háár ervaringen?', klinkt de tegenvraag. 'Jij spreekt een oordeel uit zonder er het fijne van te weten. Weet jij bijvoorbeeld zeker dat zij zelf niet soortgelijke ervaringen heeft?' Debby staart haar gids met grote ogen aan.

'Bedoel je te zeggen dat ze zelf ook seksueel is misbruikt?'

'Dat zeg ik niet. Maar hoe kun jij zeker weten dat dit niet zo is? Wat als het waar is, verandert dat dan iets in jouw oordeel over haar? Als dus blijkt dat zij niet alleen jouw arts, maar tevens een lotgenote van je is?'

'Jee, ik weet het niet hoor, Jezechaël. Maar hoe je het ook wendt of keert, ze had mijn woorden niet in twijfel mogen trekken. Daar blijf ik bij.'

'Als je dat vindt, dan zij het zo. Maar wat als ik je vertel dat ze je echt wilde beschermen tegen een eventuele rechtszaak? Dat ze zelf eens een patiënte heeft aangemoedigd juridische stappen te ondernemen vanwege incestervaringen? En dat ze zelf een getuigenis heeft afgelegd in de zaak tegen de vermeende dader?'

'Dat is wél echt gebeurd, nietwaar? Ik voel dat het zo is. Hoe is die zaak afgelopen?'



'Tijdens het proces bleek dat deze vrouw bij haar huisarts had aangeklopt met anorexia klachten. Omdat zij ook depressief was en naast slaapstoornissen tevens verminderde lustgevoelens had, vermoedde jouw arts sterk dat deze patiënte in haar jeugd seksueel was misbruikt. De vrouw zelf wist zich daar op dat moment echter niets van te herinneren. Pas nadat jouw huisarts, geheel te goeder trouw overigens, haar patiënte had aangemoedigd de ervaringen vrij te laten, kwamen inderdaad bij haar "herinneringen" boven, "flarden herinneringen" om precies te zijn.'



'Ik voel waar je naartoe wilt, Jezechaël. Zeg me dat het niet waar is alsjeblieft!'

'Deze vrouw begon "in te zien" dat haar vader haar inderdaad had misbruikt. Haar onderbewustzijn wilde dit ook graag geloven, want dat zou al haar klachten verklaren. Dus ze was dankbaar dat haar huisarts haar een uitweg had geboden voor haar innerlijke strijd.'

'Hoe is die rechtszaak afgelopen?'

'De vrouw gaf dusdanig tegenstrijdige verklaringen af, dat ze zelf begon te twijfelen. Pas toen ze halverwege de tweede procesdag haar vader gebroken in het beklaagdenbankje zag zitten, wist ze met al haar wijsheid dat haar beschuldiging niet waar kón zijn. Ze trok haar aanklacht in waarna haar vader als vrij man de rechtbank mocht verlaten.'

'Gelukkig maar dat die man vrijuit ging.'

'Voor zover je tenminste van vrij kunt spreken. Zijn omgeving bleef hem met de nek aankijken. Want waar rook is, is meestal vuur, vinden veel mensen in jouw samenleving. De man overleed kort daarna aan een hartinfarct. Zijn dochter kon het schuldgevoel niet aan en pleegde een maand later zelfmoord.'



'Wat vreselijk allemaal! En wat gebeurde er met mijn huisarts?' Debby voelt dat haar woede inmiddels is bekoeld.

'Zij werd door de medische tuchtraad voor twee jaar ontheven uit haar functie. Ze is alweer een tijdje aan het werk, maar er gaat bijna geen week voorbij zonder dat ze een paar nachten, badend in het zweet, ontwaakt uit een nachtmerrie.'

'Ik ben er stil van. Echt waar. Ik begrijp nu haar reactie. Ze verkoos dus mij niet te geloven vanwege haar ervaringen met die andere patiënte.'

'Correctie: ze geloofde je wel.'



'Ze geloofde me wél? Nu begrijp ik er echt niets meer van, Jezechaël.'

'Jouw huisarts wist diep van binnen dat je de waarheid sprak. Ze liet zich echter leiden door haar eigen angst. De angst dat een eventuele rechtszaak jouw leven zo zou ontwrichten, dat je heel misschien er ook een einde aan zou maken.'

'Dit gaat me te ver. Enige bezorgdheid van haar kan ik me nog wel voorstellen gezien die vreselijke ervaring met die andere vrouw. Maar dat rechtvaardigt haar angst naar mij toe toch niet!'

'Is dat echt zo? Ben je vergeten in wat voor staat jij verkeerde toen zij jou doorverwees naar de psychiater? Had jij het in datzelfde gesprek niet over de nutteloosheid van jouw leven? Als ik het me goed herinner vertelde je haar over je angst dat je soms niet voor jezelf kon instaan. Zou ze dat voorval niet hebben meegewogen in haar diagnose, denk je?'



'Dus het is allemaal mijn eigen schuld dat ze me zo bejegende ...' Debby wendt haar blozende blik af.

'Nee lieverd, niemand treft enige blaam. Jij hebt de moed gehad jouw waarheid te vertellen. Dat gaf jouw spirituele groei een hele goede impuls. Jij kreeg echter niet de reactie die jij verwachtte of wenste. Jouw huisarts daarentegen bleek niet in staat haar eigen schuldgevoel opzij te schuiven om jou met open ziel tegemoet te treden.'

'Ik weet dat je gelijk hebt, Jezechaël, ik voel de siddering over mijn rug. Had ik het maar eerder geweten, dan was mij die ervaring tijdens de engelenmeditatie bespaard gebleven.'

'Laten we maar meteen teruggaan naar die dag, lieverd. Ga weer liggen en sluit je ogen. Je bent nu weer in je huis en je beluistert een cd op bed. Het is veilig voor je. Geef je over.'



En zo laat Jezechaël zijn geliefde Debby opnieuw de meditatie beleven. De meditatie die ze eerder gebruikte met als doel te ontsnappen aan het aardse leven.

'... Laat je wegglijden in een diepe rust ...'

Debby voelt hoe iedere spier in haar lichaam gespannen staat. De koptelefoon van haar cd-speler drukt pijnlijk op haar kloppende slapen.

'... Voel je wegzakken, steeds dieper en dieper ...'



In haar oren klinkt een liefdevolle stem, een stem die haar niet heeft afgewezen, die haar niet heeft verlaten.

'... Naar een plek, niet gebonden aan onze zintuigen. Daar waar je herinnerd wordt aan je thuis, tussen je levens in. Waar het licht je altijd heelt en er alleen liefde is en broederschap. Daar waar je ziel volledig tot rust kan komen van alle lijden, verdriet, leed en ervaringen van deze aarde ...'

Debby voelt hoe de sluizen achter haar oogbollen zich willen openen, maar geblokkeerd lijken. Ze kán niet meer huilen, ze is te moe. Het is genoeg geweest. Genoeg ...



'... Duik diep in het niets, in de alles scheppende leegte van overgave ...'

Overgave, ja ze geeft zich nu over. Laat God haar alsjeblieft ophalen. Weghalen van deze kille aarde. Bevrijden van dit onzinnige leven. Alleen het levensgrote niets rest nog in haar bestaan.

'... Je bent nu één met de engelen. Ze verhogen je trillingsgetal naar het hoogste niveau dat nu voor jou draaglijk is ...'

Debby voelt hoe haar lichaam vibreert. Hoe een indringende geluidsgolf de spanning in haar lijf los trilt en de zwaarte in haar hoofd laat wegebben.



'... De engelen nemen je nu mee naar hun wereld. Zij zullen je toespreken. Je zult hen horen ... voelen. De engelen zullen nu muziek voor je spelen die je blij en gelukkig maakt ...'

Een hemels orkest zet goddelijke klanken in. Vanachter haar gesloten oogluiken ziet Debby hoe ze omringd is door een oceaan van helder licht. Ze wordt zich bewust van een lichtwezen dat haar langzaam nadert. Debby's angst is weggeëbd. Eindelijk wordt ze opgehaald, haar gebeden worden verhoord.

De prachtige engel is haar dicht genaderd. Als hun blikken elkaar ontmoeten, kijkt Debby in de liefdevolle ogen van Suzan. Golven van puur geluk spoelen over haar heen. Alles klopt nu, zo moet het zijn. Dan pakt Suzan haar bij de hand en via een lichtkoker belanden ze in een andere dimensie.



Debby baadt in een oase van goddelijkheid. Iedere vezel in haar ervaart ultiem geluk. Haar ogen zien de prachtigste kleuren; beeldschone tinten die ze op aarde nooit heeft aanschouwd. Haar oren absorberen hemelse klanken doorspekt van pure vrede. Haar neus snuift de tedere rozengeur van Suzan op, die hier veel intenser is dan op aarde. Haar ziel weet het. Ze is thuis.

De engelen om haar heen maken een vreugdedans. Ze lachen Debby vrolijk toe. Suzans nabijheid vervult Debby met intense dankbaarheid. Dankbaarheid dat ze haar aardse leven mocht verlaten, dat ze liefdevol terug mocht keren. Naar haar thuis, daar waar ze hoort en waar ze nooit meer weg wil gaan.

Dan ziet Debby dat Suzans ogen mededogen uitstralen. De klanken van haar zachte woorden bereiken haar bewustzijn.

'Je zult zo weer terugkeren Debby. Op aarde wacht jou nog een belangrijke taak. Weet dat hier je thuis is en dat je zult terugkeren wanneer het tijd is. Ga nu in vrede en doe wat je moet doen.'

Een schel geluid laat Debby wreed ontwaken. Waar is Suzan? Waar zijn de hemelse klanken, de intense geuren en goddelijke kleuren gebleven? Weer klinkt dat indringende geluid. Dan voelen Debby's handen de matras onder zich. Ze wordt zich weer bewust van de koptelefoon die scheef over haar gezicht hangt.

Het rinkelende geluid sterft weg. Debby voelt nu haar loodzware lichaam. Het besef dringt meer en meer door. Ze is weer terug op aarde. Weggehaald bij Suzan. Weggerukt uit haar thuis.

'Mijn God, waarom heeft u mij weer verlaten!?'





9. De ware missie

*Zij die innig leed
hebben gekend en doorvoeld,
zullen een baken zijn
voor hun gewonde medemens.*

Met opgezwollen ogen ontwaakt Debby. Ze wil nog niet praten met Jezechaël die haar liefdevol aankijkt. Ze weet niet of ze ooit nog wil praten over haar verleden. Terwijl haar lichaam het goddelijke licht van haar gids absorbeert, valt de zware energie steeds meer van haar af.

‘Ik ben er nog steeds stuk van, Jezechaël’, verbreekt ze na een tijd de stilte. ‘Hoe kon God zo wreed zijn om me weer terug te sturen? Heeft hij dan helemaal geen mededogen?’

‘God ís mededogen, lieverd. Hij heeft je nooit, nog geen minuscuul onderdeelje van een seconde, verlaten. Hij is altijd, tot in de verste eeuwigheid, bij je.’

‘Maar als hij het beste met mij voorheeft, waarom stond hij dan toe dat ik even terugkeerde naar huis om me vervolgens weer net zo gemakkelijk de hemelpoort te wijzen?’

‘God besloot dat jij even aan gene zijde een blik mocht werpen. De hemel is net als een oeroude melodie die we ons allemaal herinneren. De hemel is ons thuis, daar waar we na ieder leven op aarde steeds naar terugkeren. Deze ervaring was bedoeld om je aardse leven draaglijker te maken.’





'Maar dat liep dan wel heel anders. Sterker nog, de heimwee die ik na deze ervaring maandenlang met me meotorste, oversteeg al het andere leed.'

'Het waarom zal je binnenkort allemaal duidelijk worden. Maar vertel eens over die heimwee ...'

'Niets of niemand kon me nog iets schelen. Ook Mark niet die inmiddels bij zijn moeder was ingetrokken. Zelfs voor de kinderen had ik nauwelijks oog. Ik activeerde mijn automatische piloot om hen te verzorgen, maar emotioneel gezien woonden we niet in hetzelfde huis. Ook mijn werk verwaarloosde ik. Steeds vaker meldde ik me ziek. Niets was ook nog maar enigszins van belang. Eigenlijk bewoog ik me voort als een zombie.'



'Wat hield je desondanks op de been?'

'Zo vaak ik kon, fietste ik naar het nabijgelegen natuurgebied. Als ik daar was waande ik me in de hemel. De groene weiden, de geurige bermenplantjes, de fleurige vlinders, de fluitende vogels; door dat alles was ik voor even weer thuis. Van bekenden die ik daar tegenkwam, geloofde ik echt dat ze waren overleden.' Debby verbijt haar tranen.

'Die plek werd mijn reden tot bestaan, mijn hemel op aarde. Als ik dan uiteindelijk naar mijn aardse huis vertrok, absorbeerde ik zoveel mogelijk indrukken om de eindeloze nachten mee door te komen. Ik was godverlaten alleen en moest het zelf uitzoeken.'



'Dat jij zelf door die ervaringen heen moest, klopt helemaal. Maar dat je alleen was, is niet juist. Hoe denk jij dat je zonder kleerscheuren deze fase bent doorgekomen? Hoe kan het, denk jij, dat je kinderen niets ergs overkwam of dat je baas je niet liet vallen?'

'Dat heb ik me uiteindelijk ook afgevraagd. Toen ik na een behoorlijke tijd weer enigszins in de aardse realiteit was beland, moest ik toegeven dat het eigenlijk een wonder was.'

'Een godswonder?'

'... Ja, een godswonder. Je zegt het helemaal goed. Ik voel het nu ook zo.'

'Mooi zo, dan is dat je nu duidelijk. Maar weet je nu ook wie je geholpen heeft terug te komen in jouw realiteit?'

'Ja, Suzan verscheen weer in mijn dromen. Vele nachten achter elkaar. Alhoewel ik haar aanvankelijk op afstand wilde houden, schonk ze me steeds haar licht en liefde. Keer op keer. En steeds herhaalde ze dezelfde woorden: 'Weet wat je doel is in dit leven.'

'En ben je daar inmiddels achter gekomen?'

'Eerlijk gezegd twijfel ik er nog steeds aan. Ik durf het gewoon niet met zekerheid te zeggen. Maar haar constante verschijning in die periode deed me wel beseffen dat ik in mijn aardse realiteit terug moest komen om mijn antwoorden te vinden. Des te eerder kon ik weer terugkeren naar huis. Daarom besloot ik gehoor te geven aan de oproep van Michaël om deze pelgrimstocht te ondernemen.'



'Wat jou weer geleid heeft naar mij. Het is bijna tijd voor jouw finale in dit kloosterverblijf, lieverd.'

'Hoe bedoel je dat, Jezechaël?' Debby voelt haar onzekerheid weer opwellen. 'Ik weet nog steeds niets over mijn doel in het leven.'



'Je weet het wel, maar je herinnert het je nog niet. Daarom gaan we nu nog drie belangrijke processen in gang zetten. Ten eerste ga je nogmaals de engelenmeditatie ondergaan. Daarna zetten wij jouw zelfvergeving in gang. En ten slotte mag je een blik werpen op het door jou gecreëerde toekomstbeeld. Zodra jouw tocht naar huis is voltooid, zal jij feilloos alle antwoorden op je brandende vragen weten.'

'Wacht eens even; hoezo nogmaals de engelenmeditatie? De laatste keer leidde dat tot mijn uittreding ofwel bijna-thuis-ervaring. Die wens ik niet nogmaals te ondergaan, althans als de uitkomst hetzelfde blijft. Dat moet je toch begrijpen, Jezechaël.'

'Tijdens die eerste sessie hoorde jij alleen wat je wilde horen. Maar volgens mij worden er tijdens die meditatie ook hele andere dingen gezegd die jij onbewust opzij hebt geschoven. Dus vooruit, laten we geen tijd meer verspillen en doen wat we moeten doen.'

'Tijd bestaat toch niet; waarom dan ineens zo'n haast?' Debby fronsst haar voorhoofd.



'Lineaire tijd is een illusie', antwoordt het lichtwezen. 'Jouw missie in dit leven, waar je zelf voorafgaand aan je incarnatie voor gekozen hebt, is echter zo veelomvattend dat je in de ogen van de aardse realiteit geen tijd te verliezen hebt. Natuurlijk kun je altijd een andere keuze maken, een zijpad nemen. Uiteindelijk beland je toch wel waar je moet zijn. Het houdt je hooguit wat langer op. Zeg maar wat je wilt, lieverd.'



'Ik weet dat je gelijk hebt, Jezechaël. Ik wéét het gewoon. En ik mag dit weten omzetten in ervaren. Ik ga ervoor.'

'Goed. En voordat je begint over die andere twee onderdelen; ja, ook die zijn wenselijk. Maar dat zul je je pas realiseren nadat je het eerste gedeelte hebt ondergaan. Dus, sluit je ogen en geef je over.'

Zodra Debby geheel ontspannen op haar bed ligt, straalt Jezechaël weer een goddelijk licht over haar heen. Vanuit het niets echoën rustgevende woorden door de cel.

'... Laat je wegglijden in een diepe rust. Het is een hemels gevoel van volledige ontspanning. Geniet van de ruimte in je. Geniet van de ware goddelijke essentie. Geniet te ontdekken dat je een onsterfelijk wezen bent dat tijdelijk in dit lichaam woont. Duik diep in het niets, in de alles scheppende leegte van overgave ...'

'... Zie hoe engelen alle lasten van je wegnemen, alle blokkades en sabotages die je ervan weerhouden gelukkig te zijn. Vanaf nu, elke nacht als je slaapt, zullen ze je instralen met goddelijke liefde, je er weer aan herinneren waarvoor je hier op aarde bent...'

'...Je leven wordt steeds moeitelozer, plezieriger, jij wordt steeds succesvoller in alles wat je onderneemt. Jij trekt het goede aan. Jij bent geboren om te stralen en te genieten. Te stralen met je unieke talenten en te genieten van wie je bent...'



'... Nu zijn de engelen je hart aan het instralen. Voel 't. Voel hoe je hart opengaat. Je hart wordt nu geheeld van alle pijn, alle verdriet, alle afwijzingen, teleurstellingen, boosheid, alle liefdesverdriet, alle geloofsovertuigingen, alles wat jou doet geloven dat je niet goed genoeg bent. Niet goed genoeg om liefde te ontvangen of gelukkig te zijn ...'



'... Je leeft niet langer meer in de angst van het verleden. Je bent vrij om lief te hebben, vrij om liefde te ontvangen, vrij om te vergeven, vrij om te vertrouwen, om je hart te volgen.

Voel die blijheid in je, voel de liefde in je hart. Voel hoe licht je hart nu is. Je hart is geheeld. Je ziel staat open. Open voor nieuwe ervaringen, om te leren zonder pijn. Geef jezelf permissie te leven zonder pijn. De engelen werken via jou. Jij brengt liefde bij anderen ...'

'... Weet dat jouw werkelijke essentie goddelijke liefde is. Jij geeft jezelf toestemming om een engel te zijn. Jij bent een engel. Jij geeft liefde omdat je verbonden bent met de onuitputtelijke bron van liefde. In alles wat je doet en bent, straal je liefde uit. De engelen werken via jou. Je hebt er toestemming voor gekregen. Jij bent nu een engel ...'

'... Je bent één met de engelen, goddelijke liefde. Jij bent een instrument van het licht, je bent zelf drager. Je bent elke dag blijer, je straalt meer naar een ieder op je pad. De engelen werken via jou, om de harten van anderen te openen en te helen. Als je spreekt, fluisteren engelen helende woorden in. En jij brengt verlichting wanneer anderen lijden. Je bent zelf de boodschapper, draag het licht altijd bij je. Je bent omringd door het licht. Breng heling en harmonie in de wereld om je heen ...'



'... De engelen nemen je nu mee naar hun wereld. Zij zullen je toespreken. Je zult hen horen, voelen, ze zullen zich kenbaar maken via jouw dromen en tekens, die jou bewust maken van hun aanwezigheid ...'

Hemelse klanken vullen Debby's kloostercel. Jezechaël ziet hoe de lippen van zijn pupil een vredige lach vormen. Nadat even later het strijkorkest zijn laatste slotakkoord heeft ingezet, keert de vredige stem weer terug.



'... De engelen brengen je nu terug naar je lichaam. Je hoort mijn stem weer. Je trilt nog na van deze bijzondere reis. Je bent volledig verbonden met het licht van de engelen. Je bent een engel, een boodschapper van het licht. Je bent volledig genezen en geheeld. Op alle niveaus, wonderbaarlijk. Je voelt je vitaler dan ooit. Neem deze heerlijke energie mee in je leven. Je bent je bewust van de engelen om je heen. We keren nu terug naar het hier en nu ...'

Langzaam ontwaakt Debby. Haar lichaam trilt nog licht na.

'Ik ben er helemaal beduusd van, Jezechaël. Ik heb nu inderdaad heel andere dingen gehoord. Klopt het echt dat ik mijn medemens kan helpen? Maar waarmee dan? Mijn eigen leven heeft lange tijd bol gestaan van teleurstellingen en leed. Hoe kan ik anderen helpen als ik mezelf nog niet heb gered?'

'Je raakt precies de kern, lieverd. Je kunt een ander inderdaad niet helpen voordat je jezelf hebt geholpen. En in dat proces ben jij grote stappen aan het nemen. Over niet al te lange tijd zul jij, als je dat verkiest, een baken zijn voor je gewonde medemens waarbij je gebruik mag maken van je eigen unieke talenten. Want wie kan die ander beter helpen dan diegene die dat leed zelf heeft gekend en zich ervan heeft geheeld?'

'Maar hoe doe ik dat dan, wat zijn mijn talenten die ik mag gebruiken?'

'Dat zal je allemaal duidelijk worden als de tijd er rijp voor is. Zorg nu eerst helemaal voor jezelf en genees je wonden. Als het zover is, luister dan naar de stem van God. Hij zal je zeggen welke woorden er op welk moment leiden naar vrede. Maar gun jezelf nu eerst de tijd om afscheid te nemen van de andere pelgrims. Morgenochtend ronden wij jouw verblijf hier af.'





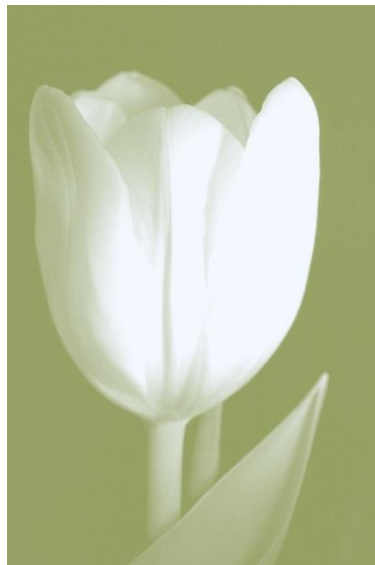
10. Zelfvergeving

*Wij leven op aarde om ons te her-inneren,
te weten en te ervaren,
waar onze wonderlijke tocht toe leidt.*

Het is halverwege de ochtend van haar vertrek wanneer Debby al haar spullen heeft ingepakt en klaargelegd bij de celdeur. Zodra ze heeft plaatsgenomen in de fauteuil bij het venster, kleurt haar cel olijfgroen.

'Lieve Jezechaël, ik ben nu klaar voor ons laatste gesprek hier in dit klooster.'

'Mooi lieverd. Dan zijn we nu toe aan je zelfvergeving. De komende tijd zal je ervaren hoe helend het is om anderen te vergeven. Het loslaten van je gedachten en je oordelen over alle mensen die jou in het verleden pijn hebben gedaan, vormt de brug naar vrijheid. En vrijheid is een keuze, zoals je inmiddels weet. Maar de belangrijkste persoon die je moet vergeven, ben je zelf.'



'Ik voel inmiddels al dat het loslaten van de daden van anderen een liefdevol gebaar naar mezelf toe is. Maar wát precies moet ik mezelf dan vergeven?'

'Vergeef jezelf voor alle keren dat je slecht over jezelf hebt gedacht. Dat je verantwoordelijkheden van anderen hebt vertaald naar schuld van jezelf. Vergeef jezelf dat je je eigenwaarde hebt weggestopt, dat je je zelfrespect hebt geminimaliseerd. Dat waren vergissingen.



Jij bent het helemaal waard om geliefd te zijn. Altijd en overal. Voel dat. En lieverd, vergeef jezelf dat je er zelf voor gekozen hebt onderdeel te zijn van dit hele proces.'

'Maar waarom heb ik zo veel nare dingen moeten meemaken?'

'Al deze ervaringen waren nodig om jou bewust te maken. Bewust van jouw goddelijke vermogen. Juist diegenen die in de diepste dalen zijn geweest, zullen de hoogste toppen ervaren. De ware boodschappers van God hebben gekozen voor een leven vol ontberingen. Pas als die overwonnen zijn, kunnen zij hun inzichten doorgeven aan anderen die door dezelfde processen heen gaan.'



'En die anderen hebben op zielsniveau dus ook gekozen voor die specifieke uitdagingen; juist om zich ervan bewust te kunnen worden en daarna heling te ervaren ...'

'En dat vervolgens ook weer door te geven. Je begint het echt te begrijpen lieverd.'

'Maar ben ik dan een brenger van licht? Is dat wat Suzan bedoelde met mijn taak in het leven? Maar op welke manier doe ik dat dan?'

'Je brengt niet het licht, je **bént** het licht. Word je bewust van je gaven en zet ze in ten bate van de genezing van de mensheid. Maar onthoud dat die taak jou niet is opgelegd. Het was jouw vrije keuze om deze te aanvaarden in je huidige leven.'

'Waarom weet ik dat dan niet meer?'

'Met hun geboorte op aarde kiezen mensen ervoor dit alles te vergeten. Zij willen het levensproces doorlopen om zich weer te kunnen her-inneren en hun weten vervolgens te ervaren. Dit maakt onderdeel uit van de spirituele evolutie. Begrijp je dat?'



'Verstandelijk begrijp ik je woorden. Maar hoe zorg ik ervoor dat ik ze ook doorvoel?'

'Door simpelweg dat besluit met je hart te nemen.'

'En wat als me dat niet meteen lukt, als het nog een poosje duurt voordat ik dit alles echt kan integreren in mijn leven? Is dat dan erg?'

'Absoluut niet. Je bent zover wanneer je zover bent. Weet wel dat jouw taak een hele mooie is, die jou en anderen veel geluk zal brengen. Lieverd, ik wil onze gesprekken afronden. Je bent een heel stuk verder gekomen op je spirituele reis. Wanneer je de tocht naar huis onderneemt, zal je een stuk rijker zijn.'

'Zo voel ik me al, Jezechaël. Ik voel dat de heling door me heen stroomt. Op veel levensvragen weet ik inmiddels een duidelijk antwoord.'

'Dat is erg mooi lieverd. Er rest ons nog slechts één belangrijk onderdeel. Ik wil dat je zo meteen in meditatie een blik werpt op je nabije toekomst zoals je die met jouw huidige gedachten zelf hebt gecreëerd. Aan jou om deze toekomst te handhaven of een andere keuze te maken. Sluit je ogen maar.'



Met halfopen mond aanschouwt de vrouw de ranke gestalte tegenover zich. Ze lijkt wel op haar, maar ziet er tien jaar jonger uit. Haar fleurige rok flatteert haar slanke taille. De witte strakke blouse accentueert haar rondingen.

De vrouw voelt haar roodgloeiende kaken en probeert haar hoofd weg te draaien, maar de nieuwsgierige ogen tegenover haar houden haar blik gevangen. Ze kan niet anders dan deze mysterieuze gestalte van top tot teen te bekijken. De tijd lijkt alle haast te hebben verloren.

Langzaam stijgt vanuit haar tenen een lichte kramp op. Wankelend stapt ze opzij terwijl haar metgezellin mee struikelt. Beide vrouwen kunnen een glimlach nu niet langer onderdrukken. Debby's brandende onzekerheid verkoelt en smelt langzaam weg uit het pashokje.



De draagtassen met de nieuwste voorjaarsmode zwieren mee op de cadans van Debby's stevige pas. De winkelstraat slibt langzaam maar zeker dicht. Debby hoort zichzelf een vrolijk deuntje neuriën. Er valt nog één ding te doen vandaag, weet ze, iets wat ze al die jaren angstvallig heeft nagelaten. In de verte ziet ze al het uithangbord van de lingeriezaak. Haar stappen vertragen.

Onrustige beelden dansen in haar hoofd. Kan ze dit wel aan? Voor de ingang slaat de twijfel definitief toe. Als versteend staat ze voor de etalage van de winkel. Dan bereikt haar vanuit het niets een walm van zoete rozen waarna haar benen kordaat de winkel binnenstappen.

Debby ziet hoe twee verkoopsters bij de kassa met elkaar praten. Ze hoopt vurig dat ze haar met rust laten. Ze loopt naar de achterwand, uit het gezichtsveld van de vrouwen, waar ze zich omringd voelt door tientallen bh's. Dan herkent ze op een label haar eigen maat. Gelukkig dat ze gisteravond in een blad had gelezen hoe ze die zelf kon berekenen.

Haar schichtige ogen vliegen over de uitgebreide collectie heen. Onwennig grijpt ze een huidkleurige bh uit het rek waarna ze naar de paskamer snelt. Opgelucht ziet ze vanuit een ooghoek dat de verkoopsters nog steeds geen aandacht voor haar hebben.



Achter het dikke gordijn ontdoet ze zich aarzelend van haar slobberige sweatshirt en topje. Wat voelt ze zich bloot. Na een poosje lukt het haar eindelijk de haakjes van de gloednieuwe bh goed te bevestigen. Haar ogen klimmen aarzelend in het spiegelbeeld omhoog. Haar verbaasde ogen zien dat haar borsten zo een stuk groter en steviger lijken. De zachte stof voelt ook comfortabel aan. Langzaam ontspannen haar kaken. Het is goed zo.



Even later slaat één van de verkoopsters het bedrag op de kassa aan. Een zonnestraal is inmiddels tussen de zonwering door geglipt en werpt een helder licht over het gezicht van een etalagepop schuin achter de verkoopster. Debby herkent Suzans glimlachende blik hierin.

Terwijl haar betaalpas door de gleuf glijdt, voelt Debby sinds lange tijd weer bevrijdende tranen op haar wangen. Eindelijk, na al die jaren, heeft ze haar draak verslagen. Eindelijk heeft ze haar vrouwelijkheid teruggenomen.

Zwijgend veegt Debby in haar cel haar ogen droog, terwijl Jezechaël haar een tijdlang liefdevol aankijkt en zijn licht met haar deelt.

‘Dank je wel’, fluistert Debby uiteindelijk waarna ze haar spullen van de grond oppakt en de deur opent. ‘Dank je wel voor alles.’

‘Dag lieverd. Ga in vrede en weet dat ik altijd heel dicht bij je ben.’





Inspiratiebronnen

Bij het schrijven van dit boek heb ik mogen putten uit eigen ervaringen (en die van mijn naaste omgeving), universele wijsheid, gedocumenteerde kennis en dagelijkse inspiratiebronnen.

Zo vinden een aantal passages hun oorsprong in de door mij bijgewoonde stilteweekenden in het voormalige fraaie klooster van de Minderbroeders Kapucijnen in Breda.

Tevens heb ik veel inspiratie mogen opdoen bij diverse spirituele cursussen en bijeenkomsten die ik in de loop der jaren heb bijgewoond.

Gedeeltes uit dit e-book zijn geïnspireerd door het boek 'Emotioneel Evenwicht' van Roy Martina.

De meditatietekst is geciteerd van de CD 'Engelenmeditatie' van Roy Martina.

Ben je geïnteresseerd in bewustzijnstrainingen en/of -coaching, kijk dan op mijn site www.joycebeckker.nl. Hier vind je een aanbod dat jou verder helpt in jouw eigen wonderlijke tocht zodat jij je missie leeft in de nieuwe samenleving

Het gaat je goed!

Hartegroet,



Joyce Beckker

4 mei 2020

joyce@joycebeckker.nl

www.joycebeckker.nl