

Uit Leonie's praktijk

Een radicale bevrijding van het hart



Karin kwam bij Leonie Linssen voor een Trauma Bevrijding Intensive. Na een huwelijk van veertien jaar was ze vreemdgegaan met twee andere mannen. Haar hulpvraag was hoe ze nu verder moest. Ze was bang dat haar man erachter zou komen, want hij had haar gezworen dat op vreemdgaan ‘de doodstraf’ stond. Leonie: “Mijn ervaring is dat vreemdgaan vroeg of laat altijd uitkomt en dat het mensen dwingt om naar binnen te keren en elkaar te vertellen wat er werkelijk aan de hand is.”

TEKST: LEONIE LINSEN

Karins man voelde haar wel van zich wegdrijven, maar wist het fijne er niet van. Hij dreigde zelfmoord te plegen als zij bij hem weg zou gaan. Karin op haar beurt voelde zijn onmacht en wilde hem niet verlaten, maar wist ook niet hoe de relatie te herstellen. Tijdens de sessie werd ik begeleid door mijn soulteam, oftewel mijn spirituele gidsen..

Emotionele chantage

Dreigen met zelfmoord is een vorm van emotionele chantage en een poging tot controle. Het wordt toegepast door mensen die emotioneel en symbiotisch verstrikt zijn met hun partner en in wezen niet op eigen benen kunnen staan. Mensen in een relatie moeten altijd de vrijheid kunnen voelen om iedere dag opnieuw te kiezen voor elkaar. Verlatingsangst is zonder uitzondering verbonden met een trauma uit het verleden. Als dit trauma gezien en geheeld is, kunnen er in het hier en nu de juiste besluiten genomen worden. Karin was jarenlang in therapie geweest voor haar jeugdtrauma's. Ze had diverse diagnoses gekregen.

‘Hij dreigde zelfmoord te plegen als zij bij hem weg zou gaan’

Toen de groepstherapie uiteindelijk stopte omdat ze haar niet verder konden helpen, viel ze in een gat. Haar man had zich op zijn nieuwe baan en op de verbouwing van hun huis gestort en had geen aandacht voor haar emotionele welzijn. Ze voelde zich eenzaam, ook in haar relatie. Ze probeerde dit bespreekbaar te maken, maar kreeg geen gehoor. Wat had ze aan een mooi en groot huis als er verder geen verbinding meer leek te zijn? Als ze samen verder niets meer leken te delen? De aandacht van een andere man die haar minnaar werd, gaf haar wat ze thuis miste, ook al voelde het als iets tijdelijks. Tot er nog een man in haar leven kwam: haar tweelingziel. Toen werd het serieus.

Herhaling van een vorig leven?

Tijdens de sessie onderzocht ik met haar het thema ‘de doodstraf’, omdat ik voelde dat er een energetische lading op zat. Het bleek dat dit in een vorig leven van Karin gespeeld had en dat een herhaling in dit leven niet de bedoeling was. Door de energie van het vorige leven te bevrijden, kon ik Karin hierin enigszins geruststellen. Mijn gidsen gaven aan dat haar minnaar en tweelingziel in haar leven waren gekomen om haar te helpen en feitelijk te dwingen andere keuzes te maken. Sterker nog, ze had beide mannen juist nodig de komende periode. Karin was als baby in de couveuse achtergelaten, wat op zielsniveau een enorme impact had gehad. Ze had hierdoor de overtuiging ontwikkeld dat ze niet de moeite waard was. Ze wilde dit patroon in de vrouwelijke voorouderlijn, dat op haar was overgedragen, doorbreken. Haar overtuiging mocht ze nu loslaten om als volwassen vrouw zelf te gaan zorgen voor haar innerlijke baby, die zich afhankelijk en onmachtig voelde. De boodschap van mijn gidsen over haar tweelingziel was duidelijk. ‘Deze man gaat je helpen om met je ziel terug te komen in jouw lichaam, jouw ziel, niet de energie van andere mensen. Hij gaat je helpen om jouw leven beter te begrijpen en met het opnieuw leren nemen van beslissingen. Daarom zeggen we: geniet van de tijd met beide mannen, je hebt ze allebei nodig. Voel je niet schuldig. Als je liefhebt vanuit je hart met een positieve intentie, hoeft er geen schuldgevoel te zijn.’ Ik gaf daarop aan dat het voor een ander, zoals haar bedrogen echtgenoot, echter heel anders ervaren zou kunnen worden. Volgens mijn gidsen zou Karin vier jaar nodig hebben om de verloren zielendelen, die ze door de eeuwen heen was kwijtgeraakt, terug te halen. Een andere boodschap was: ‘Laat de plaatjes over de toekomst en hoe jij denkt dat deze moet zijn, los. Ook over jouw verlangen naar kinderen.’ Het werd tijdens de sessie helder dat het huis waar ze woonde met haar man, voor haar niet de juiste woning was. Ze mocht op zoek gaan naar een eigen plek om te wonen. Een huis is een plek waar je tot rust mag komen en waar je jezelf kunt zijn. Je lichaam is het huis van je ziel. Karin voelde zich niet veilig in het huis waar ze nu woonde. Ook mocht zij haar eigen lichaam weer gaan bewonen. De mannen die nu in haar leven waren gekomen, zouden haar hierbij gaan helpen.



Poging tot moord

Haar man hield echter zijn woord. Toen hij een paar maanden later ontdekte dat er twee anderen waren, had hij geprobeerd haar te wurgen.

Ze had overwogen om aangifte te doen bij de politie, die haar het verschil had uitgelegd tussen een melding en een

aangifte. Bij een aangifte zou ze alle contact met hem moeten verbreken en hem duidelijk moeten maken dat hij moest stoppen met stalken. Dat kon ze niet over haar hart verkrijgen. Ondanks alles hield ze nog van hem. Ze gunde hem iets anders dan een gevangenisstraf, mocht de wurgpoging al bewezen kunnen worden. Het was immers haar woord tegen het zijne. Iemand willen vermoorden is een teken van afgescheidenheid en een vervorming van het pure verlangen naar liefde en verbinding. Karin kwam steeds terug op wat hij gedaan had en hij bleef telkens ontkennen. Ze kon het, na zijn poging tot wurging, niet meer opbrengen hem te troosten in zijn gevoelens.

Tijd voor actie

Tijdens een volgende sessie keken we terug naar alles wat er gebeurd was. Ze kon het nog steeds niet goed bevatten en was bang voor haar man. Ze wilde van hem scheiden, maar durfde niet. Het was helder dat ze eerst ergens moest gaan wonen waar ze zich veilig kon voelen. Tijdens de sessie bevrijdden we haar angst om voor zichzelf op te komen. Ze besloot tijdelijk bij haar vriend te gaan wonen, voordat ze op zoek zou gaan naar een woonruimte voor zichzelf.

Mijn spirituele gidsen lieten me weten dat het waar was dat haar man geprobeerd had Karin te wurgen. Ook lieten ze me weten dat het goed zou zijn als hij met haar naar de praktijk zou komen. Een paar weken later gaf hij gehoor aan deze oproep. Haar man ontkende wat hij gedaan had. Hoe kwam ze erbij dat hij geprobeerd had haar te wurgen? Dat was helemaal niet waar! Hij had juist alles gedaan om voor haar te

zorgen, hij had haar juist alles gegeven. Hij vertelde waar ze samen doorheen waren gegaan in hun huwelijk, over het verlangen naar kinderen en een gezin dat maar niet leek uit te komen. De miskramen, het doodgeboren kindje. Door haar overspel was zijn droom voorgoed voorbij. Hij had wel het verlangen om bevriend met haar te blijven. Het was duidelijk dat de twee zich in totaal verschillende werelden begaven. Het werd tijd om er eenzelfde realiteit van te maken.

De confrontatie

Ik confronteerde hem met hetgeen mijn gidsen aangaven: hij kon wel ontkennen wat hij gedaan had, maar alles wilde gezien en verwerkt worden om echt verder te kunnen. Hij bleef ontkennen. Karin bleef herhalen wat er gebeurd was en vertelde hem hoe bang ze voor hem was. Dat ze het niet meer aandurfde om alleen met hem te zijn. Ze zei dat ze van hem hield, maar niet verder met hem wilde. Ik stelde voor om samen terug te kijken op hun relatie en het verleden te onderzoeken, om te zien hoe het zo ver had kunnen komen. Om elkaars standpunten beter te leren begrijpen, was het belangrijk ieders aandeel in het geheel zichtbaar te maken. We blikten terug op de miskramen en het verlies van hun kindje. Toen haar vreemdgaan ter sprake kwam, belandde hij in zijn donkere stuk. Hij sloot zich volledig af en zijn pupillen werden groot en gitzwart. Ik voelde de verandering in hem voltrekken. "Kijk, nu doe je

het weer, zo keek je toen ook. Ik ben bang voor jou", hilde Karin terwijl ze haar stoel wat naar achteren schoof. "Ik hou van je", zei ze toen. En: "Ik kan niet bij je terugkomen, maar weet dat het goedkomt tussen ons en dat we vrienden blijven." Ik zag dat haar woorden hem kalmeerden. Ik vroeg hem mij aan te kijken. Dat deed hij. Ik gaf hem zijn verandering in zijn energie terug, door mij te verbinden met zijn afgesloten stuk en dat via mijn lichaam vrij te maken. Langzaam werd hij weer zijn normale zelf. Het was



'Verlatingsangst is zonder uitzondering verbonden met een trauma uit het verleden'



Leonie Linssen

‘Toen hij ontdekte dat er twee anderen waren, had hij geprobeerd haar te wurgen’

zowel verrassend als angstaanjagend om deze omslag te zien en mee te mogen voelen.

Daderschap en vergeving

Daderschap geeft macht, weet ik vanuit mijn ervaring van vorige levens. De macht van dreiging geeft een tijdelijke oplossing voor de verborgen pijn en een gevoel van controle. Het heeft echter ook ultieme eenzaamheid tot gevolg, want je gaat volledig uit verbinding. Onder daderschap van onvergeeflijke acties, ligt een enorme schaamte. Als dader weet je dat er geen weg terug is. Je vreest de veroordeling van de buitenwereld. De enige uitweg is ontkennen wat je hebt gedaan, de ander de schuld geven en/of zelfmoord plegen. Ieder mens kan in zijn leven opnieuw beginnen. Maar dan heb je wat je gedaan hebt in de ogen te kijken en het te erkennen en te verwerken. Bovenal moet je jezelf vergeven.

Mijn gidsen gaven aan dat er nog twee sessies nodig waren, één met hem alleen en één voor hen beiden. Ik nodigde hem uit voor een individuele sessie om samen te kijken wat er verder nodig was. Hij zou erover nadenken.

Zelfmoord

Karin liet me een maand later weten dat hij bij de GGZ volledige therapie had gevonden en hij niet meer bij me terug wilde komen, omdat hij me ‘te duur’ vond. Weer een

paar weken later belde ze me ‘s avonds in alle staten op. Haar man had zelfmoord gepleegd, hij had zich opgehangen. Ik wist dat zijn ziel contact met me zou zoeken. Dat gebeurde diezelfde avond nog. Hij huilde, zei dat het goed met hem was en dat dit echt was wat hij wilde. Nu was hij vrij. Die nacht droomde ik over hem. Ik zag hem als lijk liggen in zijn bed met rode striemen in zijn hals en zag hoe zijn ziel zijn lichaam verliet. Hij had een boek in zijn handen en wilde een nieuw verhaal schrijven. De avond voor de crematie zocht hij mij opnieuw op. Hij zei lieve woorden over Karin en liet weten dat hij inmiddels inzag alleen met zichzelf bezig te zijn geweest. Hij wilde dat ze gelukkig was en vroeg me deze boodschap aan haar over te dragen.

Zielscontact

Een paar weken na de crematie zat Karin weer in mijn praktijk. Ze had hem om zich heen gevoeld en ontdekt dat ze met hem kon communiceren via een pen in haar hand, die hij dan bestuurde. Zo stelde ze hem vragen die hij via schrift beantwoordde. Hij had verklaard dat hij nu gelukkig was en dat hij het gedaan had om rust te krijgen. Hij was niet boos op haar vriend en wilde dat hij voor haar zorgde. Hij moedigde haar aan om te leven. ‘Leef! Leef!’ Karin zocht meer antwoorden en vroeg me haar te helpen. Ze wilde hun zielsafpraak en de bedoeling van zijn sterven onderzoeken. Tijdens mijn Trauma Bevrijding Intensives maak ik vaker contact met overleden zielen die





‘Hij sloot zich volledig af en zijn pupillen werden groot en gitzwart’



via mijn lichaam willen spreken. Dit keer was het echter iemand die ik zelf bij leven had gekend. Dat maakte het ook voor mij bijzonder. Toen we ons verbonden met zijn ziel, voelde ik hoe hij via mijn kruinchakra naar binnen ging, afdaalde en plaatsnam in mijn hart.

‘Wees vriendelijk!’

Mijn stem werd zacht en laag. Hij gaf aan dat hij niet meer boos op Karin was en wilde dat zij gelukkig was. Hij zei dat het hem niet interesseerde wat er met het huis en zijn spullen gebeurde, als iedereen er maar gelukkig mee was. Zonder fysiek lichaam was bezit onbelangrijk voor hem geworden. Hij vond het schrijven met haar fijn, maar wilde niet dat ze daar teveel mee bezig bleef. Ze moest vooral genieten met de mannen in haar leven. Hij wilde dat ze voluit leefde en genoot. Sommige dingen wilde hij niet via mij delen, dat vond hij te privé. Hij strooide met koosnaampjes die alleen zij samen konden weten en die Karin aan het lachen maakten. Op de vraag of hij haar echt had willen vermoorden, reageerde hij bevestigend. Hij was woedend op haar geweest. “Maar waarom is het dan niet gelukt?”, vroeg ze. Hij antwoordde: “Omdat er iets groters en sterkers was dat mij tegenhield.” Hij liet haar weten dat ze vriendelijk moest zijn. Die boodschap was vooral bedoeld voor haar relatie met zijn familie. Zij hadden afstand van Karin genomen en gaven haar de schuld van zijn zelfmoord. Ze hadden haar niet eens geconfronteerd. “Je moet niet doen wat ik deed, boos zijn. Blijf vriendelijk tot iedereen tevreden is. Ze moeten leren leven met mijn dood. Vriendelijkheid zorgt voor vrede.” Verder gaf hij aan dat hij vanuit de onstoffelijke wereld de komende

jaren van haar tweelingziel moest leren. Ze leken op elkaar en met hem kreeg Karin een nieuwe kans om anders met elkaar om te gaan dan zij hadden gedaan.

Het openbreken van het hart

Het meest indrukwekkend vond ik zijn antwoord op haar vraag of zijn dood pijnlijk was geweest en hoe lang het had geduurd. “Twee minuten”, was zijn antwoord. Karin schrok. “Maar dat is heel lang!”, riep ze onthutst uit. “Het was niet pijnlijk zoals jij denkt, dat mijn lichaam tegenstribbelde en dat ik naar adem snakte. Het meest pijnlijke was mijn hart. Dat moest openbreken en dat deed pijn. Niet mijn lichaam.” Hij beweerde dat hij ook zelfmoord had gepleegd als ze hem eerder eerlijk had verteld over haar gevoelens voor de andere mannen. Zijn hart moest open en dat kon alleen op deze radicale wijze. Dit was hun gezamenlijke afspraak geweest voor dit leven. Toen ze hem vroeg naar zijn crematie, veranderde mijn stem van zacht en laag naar luider en opgewekt. Enthousiast vertelde hij dat hij genoten had van zijn crematie en van alle mooie woorden die werden gesproken. Het was voor hem een echte feestdag geweest. Karin appte me de volgende dag dat ze voor het eerst sinds zijn overlijden niet direct bij het wakker worden dacht: ‘Hij is er niet meer.’

De naam Karin is gefingeerd. Dit verhaal is geschreven met instemming van Karin en haar overleden man. •



Leonie Linssen is sinds 2005 relatiecoach bij ingewikkelde liefdesrelaties en trauma specialist in haar praktijk ‘Verander Je Wereld’. Zij is tevens auteur van diverse boeken over de liefde en spiritualiteit. WWW.VERANDERJEWERELD.NL en WWW.LIEFDEDELEN.NL. In de volgende ParaVisie Magazine een uitgebreid interview met Leonie!