

leen verder te moeten gaan. Toen ik me hierop ging afstemmen, waarom ik zo bang was dat hij dood zou gaan, zag ik een huis in brand staan. Daar zat Eduard in, samen met mijn 4 kinderen. Ik ging dat beeld beter bekijken. Het was een huis van ons samen en we hadden een fijne relatie. In die tijd (1630 kreeg ik binnen) woonden we samen in dat huis. Mensen zagen mij in dat leven, vooral mannen, als heel aantrekkelijk, lief en warm. Ik stond voor iedereen klaar. Ik droeg ook vaak sexy kleding en voelde me daar toen goed bij. Ik zag kleding die eruitzag als in de stijl van de middeleeuwen. Jurken met een strak bovenlijfje en mijn borsten mochten gezien worden.

Ik kreeg last van mannen die achter me aanzaten. (Dat heb ik in dit leven ook gehad met iemand.) Die mannen wilden een relatie met mij. Ik wilde dat niet, want ik had een geweldige relatie met mijn man van toen (Eduard nu) en we hadden samen een fijn gezin. Mannen wilden me toen vaak overal aanraken en ze probeerden in mijn billen te knijpen of erop te slaan. Omdat ik niet veel zelfvertrouwen had durfde ik er niets van te zeggen. Ik genoot ook wel van de aandacht van die mannen, want dan voelde ik me geveleid en dat gaf me zelfvertrouwen. Mijn man van toen kon daar absoluut niet mee overweg dat andere mannen aan zijn vrouw zaten. Hij was vaak kwaad op mij dat ik dit toeliet. Ik was toen niet sterk genoeg om er tegenin te gaan. De mannen die mij wilden, werden steeds gemener want ze wilden mijn man weg hebben om er met mij vandoor te gaan. Op een gegeven moment staken ze het huis in de fik waar mijn man en onze kinderen verbleven. Ze overleefden het niet en gingen dood. Ik was kapot van verdriet en zoals ik nu zie, heb ik mezelf op een gegeven moment van het leven beroofd omdat ik dat leven zonder mijn man niet aan kon. Ik deed dat door een mes in mijn hart te steken.

Eigenwaarde

In mijn leven nu, was ik een beetje een flirt en een losbol. Ik vond mannen aardig en genoot van hun aandacht. Dat gaf me zelfvertrouwen. Totdat ik Eduard leerde kennen. Hij maakte mij ervan bewust dat mannen mij nog steeds wilden aanraken en dat dat nu niet hoort, dat aan je lijf zitten. Ik had onvoldoende eigenwaarde, zei hij, als ik dat zomaar toeliet. Nadat hij dat gezegd had, gingen mijn ogen open. Ik besepte dat het inderdaad niet klopt dat een getrouwde man of een vrijgezelle man zomaar bij iemand in de billen knijpt. Dat hoort niet. Wat ik ook besepte, was dat ik niet genoeg zelfvertrouwen had om er tegenin te gaan. Ik durfde namelijk helemaal niets te zeggen als iemand mij zomaar aanraakte. Ik blokkeerde dan gewoon.

De belangrijkste tips die ik Nicole (en anderen) meegeef:

*Stel je vraag en gebruik dat als vertrekpunt om te gaan schrijven. Schrijf gewoon wat er vervolgens telkens in je opkomt.

*Zorg dat je een beginnetje hebt (Er was eens..., Toen alles nog goed ging..., Op een dag gebeurde er iets...).

Je kunt beginnen met het beschrijven van een heel goed moment in dat vorige leven en daarna overgaan naar het moment waarop dingen mislopen.

*Zorg ervoor dat het leven dat je beschrijft een begin, een middenstuk en een einde bevat.

Hoe loopt dat leven af? Hoe ga je dood?

*Als iets niet goed 'af' voelt, beschrijf dan hoe je het graag had willen hebben. Je repareert zelf op die manier een oude ervaring.

Ben je in een vorig leven op een akelige manier gestorven, beschrijf dan zo goed mogelijk dat je lichaam van toen echt doodging, zodat je zeker weet dat die ervaring van toen ook is afgelopen. Je leeft immers nu weer;).

*Noteer je inzicht(en) over de gestelde vraag en probeer zelf een verbinding met het hier en nu te leggen. Noteer eventueel prettige herinneringen aan dat leven en/of beschrijf een goed, liefdevol moment. Hoe naar een vorig leven ook was, er zijn ook altijd fijne herinneringen.

Noteer ook wat het allerbelangrijkste verschil is tussen toen en nu en wat je van dat leven geleerd hebt of nu wilt onthouden.

We hebben er een keer hele erge ruzie over gehad. Eduard zei dat als ik het nog een keer zou toelaten, dat hij mij dan zou verlaten. Daar was ik erg van geschrokken. Daarna lette ik goed op en stond ik op scherp zodra er mannen in de buurt kwamen van mijn lichaam. Ik was natuurlijk al bang om hem kwijt te raken, dus ik moest van mezelf heel goed opletten. Ik kreeg ook meteen een test, want we zouden naar een feestje gaan en daar was altijd een man die mij vast wilde pakken. Ik probeerde uit te stralen dat hij mij niet mocht aanraken. Dat werkte en hij bleef die keer mooi op afstand. Dat deed me heel erg goed. Ik kon dus wel de controle houden over mijn lijf. (Nu ik dit opschrijf, merk ik dat er ook nog een ander vorig leven mee te maken heeft, een leven waarin ik verhandeld werd en waar mensen mij misbruikten, ook seksueel.) De keer erop toen ik samen met Eduard naar een braderie ging, was ik weer heel erg alert. Het is niet meer voorgekomen. Wacht even, een paar weken geleden werd ik ook in