

The background of the cover is a photograph of a sunset. A large, bright sun is positioned in the upper right quadrant, casting a warm, golden glow across the sky. Below the horizon, the sea is dark and calm. In the foreground, a glass sphere, possibly a paperweight or a decorative object, sits on a surface. The sphere is partially filled with a golden liquid or has a textured interior that reflects the sunset light. The overall mood is contemplative and serene.

Een andere kijk op vorige levens

Karine Harkema

Een andere kijk op vorige levens

Karine Harkema

© 2017
Karine Harkema Lichtwerk
Karine Harkema
www.karineharkemalichtwerk.nl

Gathering the Tribe

Dat is wat we aan het doen zijn.

Daarom het opruimen en opschonen.

*We maken ruimte voor wie we zijn.
Om te zien wie we zijn.*

*We maken ruimte om elkaar weer toe te kunnen laten, in een veld van Vrede.
(daarom eerst Schoonheid)*

Het Veld was zoek.

Het leven was zoeken.

Nu niet meer.

Je hebt gevonden.

Je hart.

Het hart van de Stam, het hart van je Thuis.

Niemand buiten, ieder inclusie.

Juli 2017, channeled by Karine

*We leven slechts om schoonheid te ontdekken.
Al het andere is een vorm van afwachten. – Kahlil Gibran*

Voorwoord

Ik krijg vaak van klanten te horen dat ik zo lekker nuchter ben. Dat vind ik een mooi compliment, omdat mijn werkgebied vaak als vaag en ongrijpbaar wordt gezien.

Ik vind het belangrijk het spirituele naar het aardse te vertalen. Gevoelens, sferen, onderstromen en subtiliteiten te vatten in iets wat werkbaar en concreet is.

In dit e-book ga ik in op een onderwerp waar onverwacht veel (universitair) onderzoek naar wordt gedaan, maar wat toch nog ongrijpbaar is: het thema vorige levens.

Ongrijpbaar of niet, na het lezen van dit e-book kun je prima over vorige levens meepraten.

Dit boek zou niet tot stand zijn gekomen zonder de leraren die ik heb gehad, de lieve mensen die op Facebook onderwerpen voor dit boek aandroegen, en zeker ook niet zonder de sessies die ik de afgelopen jaren had met fijne klanten. Ze stonden mij toe in hun verborgen verleden te duiken. Het is steeds weer een bijzondere samenwerking, waarbij het zonder oordeel belichten van een stuk geschiedenis tot heling leidt.

Vorige levens, voor mij een boeiende en onmisbare invalshoek.
Benieuwd hoe jij er tegenaan kijkt!

Karine Harkema

p.s. Wist je dat ik zelf eerst door een 'wedergeboorte' moest om dit boek te kunnen schrijven?
Ik deel mijn verhaal in [deze blog](#).

Inhoud

Inleiding	7
1 Vorige levens, bestaan ze of niet?	9
De sceptische visie	
Cultuur en religie bepalen of je gelooft in vorige levens	
Bewijzen bijna-doodervaringen het bestaan van reïncarnatie?	
2 Vijf alternatieve verklaringen voor vorige levens	13
Zijn vorige levens doorgegeven herinneringen van voorouders?	
Vorige levens: symbooltaal van de ziel?	
Vergeet het begrip tijd: levens gebeuren parallel, tegelijk, in deze en in andere dimensies	
Met zijn allen ingelogd op het Alwetend Veld	
Een biologische kijk op reïncarnatie	
3 Hoe vorige levens van zich doen spreken	18
Heeft je kind het over een vorig leven?	
Déjà vu...of herinnering aan een vorig leven?	
4 Een paar redenen om met vorige levens te werken	26
Hoe ontstaat ballast uit vorige levens?	
Ken ik jou niet ergens van?	
Je vorige leven en je zielsmissie	
5 Ontdek je vorige levens	32
Waarom je verdiepen in je vorige leven?	
Heimwee naar een vorig leven?	
Vijf manieren om zelf je vorige levens te onderzoeken	
6 Hoe het schrijven van dit e-book mijn kijk op vorige levens veranderde	39
Tot besluit	42
Boeken en links	43
Met Karine je eigen vorige levens onder de loep nemen?	45

Inleiding

Ik hou van geschiedenis.

Doe mij maar een stapel historische romans, oude mythen en sagen, een meeslepend kostuumdrama in keurig Engels, weetjes over oude streken en steden, een verrassende ontdekking in mijn stamboom....

Als kind wilde ik zelfs archeoloog worden. Mijn vakkenpakket bleek daar uiteindelijk niet zo geschikt voor. Culturele antropologie viel ook af. Toen het tijd was om een studie te kiezen, overwoog ik Vergelijkende Indo-Europese Taalwetenschappen, want ik hou ook van talen, en ook taal is geworteld in geschiedenis. Ik koos uiteindelijk voor een creatievere richting, die weliswaar ook veel met taal van doen had; Journalistiek & Voorlichting. En tegenwoordig mag ik me als healer in de geschiedenis van anderen verdiepen.

Geschiedenis is overal. Ook in onszelf. Dat blijkt uit ons DNA, dat laat zien dat we ooit uit Afrika zijn gekomen. Sterker nog; we zijn letterlijk [sterrenstof](#), mee-evoluerend met het heelal.

Als mensen zijn we wandelende archieven van ervaringen, overtuigingen en emoties. Hoe komen die daar?

Dat je het een en ander erft; dat dingen in de familie zitten, is soms duidelijk. Andere stukken kun je maar al te goed toeschrijven aan je kindertijd. Maar, zo blijkt uit vakgebieden als hypnose en healing, alsmede uit spontane ervaringen en herinneringen: er is meer. Er zijn niet alleen voorouders die een stempel drukken, maar ook eerder geleefde levens, met ingrijpende gebeurtenissen die hun sporen hebben nagelaten.

Je persoonlijke geschiedenis komt in beeld als je met spirituele en systemische werkvormen aan de slag gaat.

Als lichtwerker werk ik met je historie door op helderziende wijze je verleden onder de loep te nemen. Je 'verleden' beperkt zich daarbij niet tot je jeugdjaren, ook ervaringen van voorouders of uit vorige levens komen aan het licht als oorzaken voor je problemen in het hier en nu.

Ik verwonder me keer op keer over de details die ik tijdens healings te zien krijg. Bossen, platteland, steden, kastelen, kerken en huizen, schepen, kleding, gebruiksvoorwerpen, documenten, meubels, koetsen en paarden, omgangsvormen. Allerlei mensen; van arm tot rijk, van jong tot oud, en in allerlei tijdperken en landen, met allerlei beroepen.

Heel bijzonder vind ik het als ik dingen te zien krijg waar ik nog niet zoveel van wist of waarover niet veel gedocumenteerd is. Zo zag ik eens een cliënt in lang vervlogen tijden als blanke slaaf aan boord gaan van een galeischip. En niet zo lang geleden kreeg ik een soort kruidenvrouwje uit de jaren '30 in beeld, met een rechte en een krom gebogen breinaald in haar hand, bedreven in het uitvoeren van abortussen...

Aan de andere kant is het fascinerend een setting te zien die je kent uit de geschiedenisboekjes, maar die vervolgens veel meer diepgang krijgt doordat je de strubbelingen van de betrokken individuen kunt zien en meevoelen. Angsten, onzekerheden, dilemma's, pijn, het is echt van alle tijden.

Ik zie gedurende sessies bijvoorbeeld rijke mensen die leven in weelde, maar die lijden onder de verstoorde relatie met hun ouders, of aan de protocollen die hun permanent verhinderen spontaan te zijn. Ik voel hun pijn, maar ook de oprechte compassie van hun bedienden. Dingen zijn vaak anders dan je denkt. Je focus is al snel op het aanwijzen van een dader en een slachtoffer, maar iedereen heeft een verhaal.

Zo was er een sessie waarbij ik een jonge non waarnam, die de aan haar toevertrouwde weeskinderen (waaronder een voorouder van de cliënt die voor me zat) hardvochtig bejegende, maar die ook zelf gebukt ging onder een zware last.

We zijn wezens met een scala aan emoties en de interacties die we van daaruit met elkaar hebben, zijn al even gevarieerd.

Geloven in vorige levens?

Veel mensen staan wel open voor het concept 'vorige levens', zien het als een manier om wat over zichzelf te ontdekken. Maar niet iedereen heeft er iets mee. Zo werd ik een tijdje terug gebeld door iemand die alleen een afspraak wilde op voorwaarde dat ik het niet over vorige levens zou hebben. Dat kon ik niet beloven. Elk van ons draagt zijn eigen karmische rugzak met zich mee, met daarin een unieke mix van ervaringen. Wat er in jouw rugzak zit aan ballast en bouwstenen, en van wie of uit welke tijd de inhoud afkomstig is, kan ik niet bepalen, alleen maar waarnemen. De variatie is eindeloos. In mijn beschrijvingen van cases vind je er diverse: www.karineharkemalichtwerk.nl/cases

De informatie die tijdens behandelingen naar boven komt, valt globaal in twee categorieën: door mensen zelf meegemaakte ervaringen of door voorouders overgeleverde ervaringen. Voor dit laatste is inmiddels wetenschappelijke onderbouwing: trauma's die niet verwerkt zijn door je voorouders, belanden via je DNA in jouw systeem en komen op een fysieke en/of psychische manier tot uitdrukking, lees bijvoorbeeld <http://www.nationalgeographic.nl/artikel/herinneringen-overgedragen-via-dna>

De door mensen zelf meegemaakte ervaringen vallen in mijn aanpak onder de labels 'uit dit leven' of 'uit een vorig leven'.

Mijn focus ligt tijdens sessies niet op het bewijzen van het bestaan van het vorige leven dat ik beschrijf, maar op de inzichten, bevrijding en ontspanning die het waarnemen, doorvoelen en beschrijven oplevert.

Toch is het interessant om eens te kijken hoe waarschijnlijk het is dat reïncarnatie bestaat.

Kijk je mee?

1 Vorige levens, bestaan ze of niet?

Er wordt al bijna 90 jaar onderzoek gedaan naar het fenomeen vorige levens.

Wereldwijd zijn er vele mensen die zeggen zich hun vorige leven te herinneren en vaak zijn de beweringen verifieerbaar.

Misschien wel het beroemdste reïncarnatieverhaal is het geval van [James Leininger](#), een peuter die eind jaren negentig wel erg veel details wist over het leven en sterven van een piloot in de Tweede Wereldoorlog (zie ook 'Heeft je kind het over een vorig leven?', verderop in dit boek).

Er is aardig wat bewijs voorhanden dat het bestaan van vorige levens ondersteunt en de wetenschap uitdaagt zich er meer in te verdiepen. Een nuchter, goed gedocumenteerd en prettig leesbaar boek op dat gebied vind ik 'Leven op Herhaling' van de Nederlandse onderzoeksjournalist [Michiel Hegener](#).

Auteur David Wilcock stelt in zijn boek 'The Synchronicity Key' dat ook complete beschavingen steeds opnieuw reïncarneren (zo zijn de Verenigde Staten volgens hem de reïncarnatie van het Romeinse Rijk), om zo als collectief naar een steeds hoger niveau te groeien. Waarom niet.

We maken allemaal deel uit van een heleboel collectieven. Naast nationaliteit, cultuur, sekse, religie, kun je op basis van waar je staat in je leven behoren tot diverse subcollectieven, zoals bijvoorbeeld 'moeders', 'mensen met reuma' of 'werklozen'. Op al die manieren kun je ervaringen opdoen, groeien, en ook weer bijdragen aan de ontwikkeling van het collectief.

Niet iedereen gelooft in reïncarnatie. Dat heeft veel te maken met het land en de cultuur (religie, taboes, gewoonten) waarin je je bent opgevoed.

In Nederland gelooft een minderheid van de bevolking in reïncarnatie. Veel mensen geloven wel dat er na de dood 'iets' is, en dat kan ook de hemel zijn. Het idee dat je meerdere keren terug zou komen op aarde, gaat veel mensen te ver.

Tegelijk hoor je tegenwoordig mensen vaak zeggen dat een kind 'een oude ziel' is.

Hoe waarschijnlijk is het dat vorige levens bestaan? Er zijn verschillende visies op. Cultureel bepaalde, sceptische, door ervaring bepaalde...

De sceptische visie

Het is prima om het thema reïncarnatie met scepsis te benaderen. Er zijn ook best wat bezwaren aan te dragen tegen het concept 'vorige levens'. Bijvoorbeeld:

Herinneringen aan vorige levens zijn niet of onvoldoende verifieerbaar

Een enkeling heeft gedetailleerde herinneringen en kan zelfs plaatsen en personen aanwijzen uit zijn/haar vorige bestaan. Maar vaak is niet te achterhalen of bepaalde kennis inderdaad aan een vorig leven kan worden toegeschreven, of dat iemand de informatie op een andere manier tot zich heeft gekregen.

We kunnen het niet objectief onderzoeken

We kunnen niet objectief meten of weten hoe het proces van reïncarneren precies in zijn werk gaat.

We zijn van nature beïnvloedbaar

Suggereer je voorafgaand aan een hypnose-sessie dat er vorige levens naar boven kunnen komen, dan gebeurt dit ook vaker: fictie en feit lopen dus mogelijk door elkaar, omdat mensen van nature beïnvloedbaar zijn. En een kracht en kenmerk van de menselijke hersenen is natuurlijk dat het in staat is zich dingen voor te stellen die (nog) niet bestaan. (Aan de andere kant: bij hypnose omzeil je het kritische deel van jou dat gewend is dingen weg te drukken.)

Het bewijs is controversieel

Opgetekende verhalen blijken soms al langere tijd de ronde te doen in een streek, wat bepaalde getuigenissen minder geloofwaardig maakt.

Xenoglossy, het onder regressie ineens een andere taal spreken, is controversieel als bewijs voor een vorig leven. Mensen zijn vaak niet zo vaardig in die zogenaamde oude moedertaal; spreken maar een paar woorden, hebben een zwaar accent vanuit hun huidige taal, maken taalfouten, of het klinkt als een andere taal omdat de onderzoeker de woorden niet kan plaatsen.

Hebben we een ziel?

Reïncarnatie lijkt het bestaan van een ziel te veronderstellen en te vereisen, en al doet een fiks aantal beschreven bijna-doodervaringen (waaronder de persoonlijke ervaringen van neurochirurg Eben Alexander en Anita Moorjani) vermoeden dat we elk een ziel hebben, ook dit 'eindeloos bewustzijn' is naar mening van de critici onvoldoende bewezen.

Welk stukje van jou reïncarneert?

Het is een geruststellend idee dat een deel van jezelf eeuwig blijft leven, maar...wat is dan precies dat stukje van jou dat overblijft en opnieuw geboren wordt? (De ziel zou trouwens [21 gram](#) wegen). En is er echt sprake van een 'zelf', of is het een valse identificatie met ons constant gewaande systeem van overtuigingen, stemmingen, herinneringen, interesses etc.?

De rekensom klopt niet

Hoe kan het dat alle ruim 7,5 miljard mensen die nu rondlopen, allerlei vorige levens hebben, terwijl de wereldbevolking in bijvoorbeeld het jaar 1800 uit maar 1 miljard mensen bestond?

Natuurlijk kun je daar verklaringen voor vinden. Bijvoorbeeld door te stellen dat je ook als plant, insect of dier een aards leven kunt doormaken. En dat er ook altijd 'jonge zielen' zijn, die vers gecreëerd zijn door de Schepper en dus vrij van historie door het leven gaan. En er hebben naar schatting al [107 miljard](#) mensen op aarde geleefd, dus als niet iedereen tegelijk reïncarneert, kom je een heel eind.

De Amerikaanse psychiater Brian Weiss heeft als regressietherapeut veel opgestoken over reïncarnatie. Hij concludeert uit wat mensen hem onder hypnose vertellen, dat er nog vele andere werelden bestaan, van waaruit ook zielen naar de aarde kunnen komen. Mysterie opgelost! ;-)

Ik zeg, wat we niet kunnen bewijzen, kunnen we ook niet uitsluiten.
Ik werk gewoon lekker met vorige levens.

Cultuur en religie bepalen of je gelooft in vorige levens

Geloven in vorige levens is vaak cultureel en religieus bepaald. Zo is het wat betreft het **boeddhisme** en het **hindoeïsme** de gewoonste zaak van de wereld om als ziel langdurig gerecycled te worden.

Ik vernam van een arts die een tijd in het buitenland werkte, dat onder de Hindoeïstische mensen in zijn werkgebied meer zelfmoorden voorkwamen. Ze hadden er het volste vertrouwen in dat ze zich nog vele malen aan een nieuw leven zouden mogen wagen.

Wedergeboorte geeft je de mogelijkheid jezelf te zuiveren van slecht karma, of (de antroposofisch-theosofische visie) het is een vanzelfsprekend stijgende lijn waarlangs je je ontwikkelt. In het **boeddhisme** is het ideaal dat je, door goed te leven, uit de cyclus van wedergeboorte komt.

De visie van het **sikhisme** lijkt daar ook op. Volgens het sikhisme zijn er 8,4 miljoen levensvormen en kun je daarom 8,4 miljoen keer reïncarneren. Van een hemel of hel is volgens hen geen sprake, de ziel is een stukje van God en leeft daarom eeuwig. Het is wel de bedoeling je aan God te wijden als mens (door zuiver te leven, te mediteren op je liefde voor God, en onthecht te raken), om zo uit de reïncarnatiecyclus te komen en weer een met God te worden.

In het **jodendom** verwijst de term 'gilgoel' naar de zielcyclus.

In de **christelijke** en **islamitische** religie wordt in principe met geen woord over reïncarnatie gerept: er is één leven, en daarna wacht, afhankelijk van hoe godsvruchtig je hebt geleefd, een hemels of hels hiernamaals om in te vertoeven.

Volgens het **Bahá'i**-geloof bestaat de mens niet in een bepaalde vorm voordat hij aan zijn aardse leven begint. De ziel begint zijn ontwikkeling bij de conceptie. Je ontwikkelt je op aarde, en na je dood gaat je ontwikkeling eeuwig door. In een hemelse vorm, niet in de zin van reïncarnatie.

Bewijzen bijna-doodervaringen het bestaan van reïncarnatie?

Omdat ik er zelf helemaal niet sceptisch over ben, kom ik nog even terug op het fenomeen bijna-doodervaring. Ik neig ernaar deze ervaringen te zien als een van de missing links om het bestaan van een hiernamaals en het fenomeen reïncarnatie te onderbouwen.

Afgaand op beschrijvingen van mensen die een bijna-doodervaring hebben meegemaakt, ziet het ernaar uit dat je als ziel (of andere vorm van stukje eeuwigheid) je bewustzijn, ervaringen en herinneringen meeneemt. Reïncarnatie zou dan een verklaring kunnen zijn voor het hebben van angsten, blokkades, herinneringen, die je niet uit je huidige leven herkent en ook niet bij je voorouders terugziet.

Op basis van zijn onderzoek naar reïncarnatie en leven na de dood concludeerde Dr. Brian Weiss dat een deel van de menselijke persoonlijkheid voortleeft. Ook stelt hij dat veel angsten en aandoeningen te maken hebben met ervaringen uit vorige levens.

Cardioloog Pim van Lommel, die twintig jaar onderzoek deed naar bijna-doodervaringen, stelt dat ons bewustzijn ook los van ons lichaam kan worden ervaren. Iets aan ons is oneindig.

Dat geeft dat 'iets' alle tijd om in meerdere levens, meerdere ervaringen op te doen...

Ik ervaar soms zelf de oneindige delen als ik word benaderd door een geest (zo noem ik het voor het gemak even) voor hulp om naar het licht over te gaan, of om een boodschap door te geven aan een nabestaande. Ik zie en hoor ze, soms spontaan (dan zijn het bekenden of is er iemand meegelift als ik een begraafplaats heb bezocht), soms omdat ze tijdens healings komen helpen. Ik realiseer me dat het hierbij mogelijk is, dat ik waarneem, wat ik volgens mijn eigen 'filters' kán waarnemen, en dat een overledene met mij contact zoekt in een vorm die ik herken.

2 Vijf alternatieve verklaringen voor 'vorige levens'

Wat als vorige levens wel bestaan, maar ze niet zijn wat we doorgaans denken dat ze zijn: een stukje vergeten geschiedenis?

Wat als het gaat om doorgegeven herinneringen van voorouders? Of om symbooltaal? Om gebeurtenissen die niet ooit geweest zijn, maar zich hier en nu afspelen, in een parallelle wereld? Is het mogelijk dat er herinneringen van anderen spontaan bij ons 'binnenvallen', omdat we onderling verbonden zijn? Zijn vorige levens biologisch te verklaren? Lets find out!

Zijn vorige levens doorgegeven herinneringen van voorouders?

Ik vind 'doorgegeven herinneringen' niet waarschijnlijk als verklaring voor het begrip vorige levens, maar uitsluiten kan ik het ook niet.

Want als we ergens duidelijk mee verbonden zijn, zijn het onze voorouders. Het is onmogelijk om al deze mensen en al hun geschiedenissen te kennen. Waarom zouden voorbije ervaringen van deze familieleden niet op verschillende manieren in ons systeem aanwezig of toegankelijk zijn?

Ik zie in de praktijk echter wel wat verschillen tussen vorige levens- en vooroudergeschiedenissen.

Focus

Bij vorige levenservaringen die ik waarneem, ligt de focus vaker op thema's m.b.t. levensrichting; ingrijpende keuzes moeten maken die ook op anderen effect hebben. Bij voorouderwaarnemingen komt het weer vaker voor dat 'mag ik er zijn' het onderliggende thema is.

Kort of lang geleden

Bepalende ervaringen uit de bloedlijn zijn vaak relatief dichtbij te vinden; meestal hoeven we niet meer dan zes generaties terug in de tijd te reizen, al zijn er heus wel eens uitschieters van bijvoorbeeld twintig generaties terug.

Vorige levens variëren van recent; één leven geleden, tot tientallen, tot honderden levens geleden...

Bevestiging

Beschrijvingen van voorouderervaringen worden soms bevestigd als mensen mijn waarnemingen herkennen uit de hun bekende familiegeschiedenis.

Beschrijvingen van vorige levens worden een enkele keer bevestigd door mensen die van een andere healer een zelfde waarneming vernamen, of vanuit hun eigen mystieke ervaringen, of omdat er een onverklaarbare, diepe herkenning wordt ervaren.

Buitenshuis vs binnenshuis

Bij het waarnemen van vorige levens zie ik vaker variaties wat betreft huidskleur, status, religie of leven op een ander continent en zie ik vaker beelden van gebeurtenissen 'buitenshuis' (wegstuiven op een paard, meegevoerd worden als slaaf)

Bij het bekijken van voorouderervaringen zie ik vaker beelden van gebeurtenissen binnenshuis, van uitgeoefende beroepen en van onderlinge verhoudingen binnen het gezin.

Overigens komen in de meeste sessies meer vooroudergeschiedenissen aan het licht dan gebeurtenissen uit vorige levens.

Het bovenstaande is geen exacte wetenschap. En beelden zijn ook zeker niet standaard voorbehouden aan een van de twee categorieën, alles is mogelijk. Maar dit is de lijn die ik persoonlijk waarneem.

Vorige levens: symbooltaal van de ziel?

Hoe ouder het vorig leven dat ik beschrijf, hoe meer mensen een diep gevoel van herkenning ervaren. Specifieke emoties, een rol waarin ze zich in hun huidige leven gedwongen voelen...Het verhaal zelf lijkt qua beelden echter in niets op hoe de cliënt nu leeft. Bijvoorbeeld: 'toen ontvoerde edelman – nu administratief medewerkster'.

Toch is er soms juist wel veel herkenning of een rode draad. Zo werd ik een tijdje geleden geraadpleegd door een collega-healer, die worstelde met een fysiek probleem. In deze sessie kwamen zijn levens als priester/onderzoeker in Atlantis en als katholieke priester in de achttiende eeuw aan bod.

Zou het kunnen dat het Universum niet per se een waargebeurd stukje geschiedenis laat zien, maar communiceert via archetypen en symbolen?

Met wat ben ik in gesprek, in verbinding, als ik met een reading/healing bezig ben?

Omdat elke persoon een ander stukje van het geheel is en toegang geeft tot een ander deel van het geheel, ben ik dus in communicatie met een deel van het geheel.

Is het de taal van de ziel, van je 'heilige hogere zelf', om je iets duidelijk te maken, bewustzijn te ontwikkelen? En staat deze taal dan los van gebeurtenissen?

Ik neig naar een 'nee' op deze vraag. Omdat we naar mijn idee wel elk een ziel hebben.

Voor mij voelt de symbolische invalshoek niet als waar of passend. Het verklaart voor mij niet waarom ik zoveel concrete, gedetailleerde, historische beelden te zien krijg. Verder gaat de informatie die door de waarneming beschikbaar komt, verder dan benoemen of spiegelen. Het specifieke voorval dat wordt belicht, verheldert niet alleen precies waarom iemand in het nu tegen een bepaald probleem aanloopt, maar schijnt ook licht op de oplossing. Er vindt meteen heling plaats.

Vergeet het begrip tijd: levens gebeuren parallel, tegelijk, in deze en in andere dimensies

De term 'vorige levens' impliceert 'geschiedenis die achter de rug is'. Sowieso is de geschiedenis wat mij betreft niet echt 'achter de rug' zolang niet verwerkte ervaringen je nog beïnvloeden, maar hoe zit het eigenlijk met het concept 'tijd'?

We zijn gewend te denken in lineaire tijd: vroeger-nu-toekomst, niets ernaast.

Maar volgens de kwantumfysica bestaat er een oneindig aantal voorstelbare en niet voorstelbare mogelijkheden tegelijkertijd. In het Veld van Oneindige Mogelijkheden wachten elektronen in een golftoestand tot aandacht van een toeschouwer hen voor de duur van de waarneming tot een (ogenschijnlijk) vaste vorm smeedt, en wel de vorm die de toeschouwer verwacht te zien. Waarom zouden niet ook allerlei soorten tijden, dimensies en realiteiten tot de mogelijkheden behoren?

Meerdere realiteiten die gelijktijdig plaatsvinden...Ik stelde me dit altijd voor als compleet andere, haast niet voorstelbare, grotendeels van elkaar afgescheiden werelden. Maar onlangs hoorde ik van een spiritueel leraar dat we niet alleen moeten denken aan andere dimensies, maar ook aan gewone levens, hier op aarde. Gelijktijdig leven in Duitsland, en Afrika, en China, bijvoorbeeld.

Dat schept een ander beeld van de 'medemens'...Ik moet weer eens denken aan de Maya-begroeting "In lak'ech Ala k'in; "ik ben een andere jij, jij bent een andere ik".

Tijd en ruimte zijn illusies. We zijn multidimensionale wezens, waarin alle 'zelden' en alle tijden gelijktijdig bestaan en waarin je vanuit het NU al je zelden en tijden beïnvloedt.

Nemen we dit als uitgangspunt, dan is er geen sprake van 'vorige levens' in de zin van 'voorbij geschiedenis'.

Maar wat doen we dan met bewijzen van historie, zoals bodemvondsten, erfstukken, documenten en museumschatten? Opgetekende en overgeleverde verhalen? Uitkomsten van stamboomonderzoek? We weten dat er mensen voor ons waren, dat er anderen tijden, gebeurtenissen en andere beschavingen hebben bestaan. Er lijkt dan toch sprake van een historische, lineaire tijdlijn. Maar wellicht kunnen we met ons huidige bewustzijnsniveau gewoon niet meer bevatten.

Ik hou alle opties maar open, maar voel veel voor de Eenheidsgedachte: een Bron die zich in allerlei deeltjes manifesteert om zichzelf te kunnen ervaren. Het leven van een heleboel levens (al dan niet tegelijk) is dan een uitstekende manier om hier nog meer variatie in aan te brengen.

Met zijn allen ingelogd op het Alwetend Veld

Een kennis was eens als toerist in een Europese stad en raakte tot zijn verbazing geëmotioneerd bij het betreden van een historisch pleintje, ervoer een soort thuiskomen. Hij houdt zich graag verre van het spirituele, maar vond dat zijn beleving toch wel sterk in aanmerking kwam voor het label 'vorig leven'.

Ik ook.

Toch gaan we nu de vraag stellen: wiens vorige leven?

Een indringende ervaring in geuren, kleuren en gevoelens, die jij wel beleeft, maar je reisgenoot niet. Is die ervaring van jou? Zijn het jouw herinneringen?

Of zou het een Eenheidservaring kunnen zijn? Dat je op een onbewaakt moment toegang krijgt tot Het Alwetend Veld en je daardoor één voelt met een plek en de geschiedenis die zich daar heeft afgespeeld? Met inbegrip van beelden en herinneringen die vrijkomen? We zijn niet afgescheiden van elkaar, van de wereld, en niet van tijd en ruimte. Alle ervaringen maken deel uit van en zijn beschikbaar voor iedereen.

Maar hoe zit het met de identificatie die je ervaart?

Een aantal jaren geleden fietste ik 's avonds langs een braakliggend terrein en zag daar plotseling een scène uit de Tweede Wereldoorlog. Een tank, rennende soldaten, chaos... Een vriendin zag in die periode op dezelfde plek juist een tafereel uit de Tachtigjarige Oorlog. Beide spontane helderziende waarnemingen bleken historisch correct voor die locatie.

Zijn er plekken met een 'echo', waar het verleden soms zichtbaar wordt voor degenen die nu leven? Of gaat er op zo'n moment een deurtje open naar een dimensie waar hetgeen wij als geschiedenis zien, zich 'nu' afspeelt?

Het verschil tussen mijn waarneming van de gebeurtenis uit WOII en die van de kennis op het historische plein, is dat hij een diep gevoel van herkenning, van thuiskomen ervoer. Ik voelde bij mijn inkijkje geen emoties (behalve verbazing). Ik was toeschouwer. De kennis was deelnemer.

Betekent onverwacht overmand worden door onverklaarbare gevoelens dat het om 'waarheid' gaat? Of zorgt de intensiteit van de gevoelens ervoor dat je je automatisch identificeert met iets wat misschien niet per se 'van' jou is?

Naar mijn gevoel ligt de waarheid in het midden. Het Veld is er, en wij, als deeltjes, interacteren er op talloze manieren mee, bewust en onbewust. Voelen is de manier om het leven te ervaren. En als iets sterk je aandacht trekt, is dat wat mij betreft niet voor niets.

Een biologische kijk op reïncarnatie

De beroemde celbioloog Bruce Lipton heeft een fascinerende theorie om reïncarnatie te verklaren: je identiteit wordt continu 'uitgezonden' en kan opnieuw worden 'afgespeeld'.

In zijn boek 'The Biology of Belief' oppert Lipton dat je identiteit wellicht als het ware opnieuw 'afgespeeld' wordt, als iemand na jouw overlijden een donororgaan van je ontvangt. Hij raakte geïnspireerd door de verhalen van mensen die na het ontvangen van een donororgaan merken dat hun karaktertrekken en voorkeuren veranderen. Volgens Lipton zijn de cellen in je organen voorzien van jouw persoonlijke set 'identiteitsreceptoren'. De dingen die je identiteit vormen, bevinden zich buiten jezelf (wat niet vergezocht lijkt als je weet dat omgevingsfactoren een enorme rol spelen in je vorming) en worden continu uitgezonden, als een radioprogramma.

Hij sluit ook niet uit dat een toekomstige wereldburger toevallig met dezelfde set identiteitsreceptoren wordt geboren als iemand die eerder leefde, en daarmee staat afgestemd op dezelfde identiteit.

Ik vind het een amusante theorie en ben benieuwd of zij net zo onweerlegbaar bewezen kan worden als de andere baanbrekende zaken die hij in zijn boek bespreekt.

3 Hoe vorige levens van zich doen spreken

Oude, niet verwerkte of nog te benutten zaken die zich ergens in je systeem bevinden, kunnen aan je trekken of je tegenhouden (bijvoorbeeld omdat voorouders je willen beschermen). Vorige levens kunnen zich 'uiten' in de vorm van een specifieke angst, weerstand, fobie, vermoeidheid, ziekte of ander probleem, of bijvoorbeeld als een verlangen (als healer idolaat zijn van Egypte bijvoorbeeld ;-)).

Anders dan de meeste volwassenen, kunnen kinderen soms spontaan over hun vorige levens vertellen. In dit hoofdstuk ga ik hier op in.

Ook bespreek ik het onderwerp déjà vu. Verwijst deze ervaring naar een vorig leven, of is er toch iets anders aan de hand?

Heeft je kind het over een vorig leven?

Wie in het onderwerp reïncarnatie duikt, ontdekt dat de meest frappante verhalen afkomstig zijn van kinderen. Sommige peuters weten wel heel typische en ook nog verifieerbare dingen te vertellen over hun eerdere leven.

Wat vertellen deze kids zoal?

Hoe kan het dat juist kinderen zo gemakkelijk toegang lijken te hebben tot herinneringen aan vorige levens?

Hoe weet je of jouw kind zomaar wat zegt, of dat het best wel eens om een vorig leven zou kunnen gaan?

Kinderen met geschiedenis

Laten we eens een paar opvallende verhalen van kinderen bekijken.

Neergestort in WOII

Een heel beroemd 'geval' van reïncarnatie, is dat van de Amerikaanse jongen James Leininger. Als peuter had hij doorlopend nachtmerries over het neerstorten met een vliegtuig. Zijn zeer sceptische, christelijke vader trok alle dingen na die James vertelde. En alles wat de jongen had genoemd – waaronder technische details over zijn type vliegtuig, het opstijgen van vliegdekschip Natoma Bay, de namen van zijn drie omgekomen kameraden, details over zijn toenmalige familie – bleek te kloppen: James Leininger heette voorheen James Huston, was piloot, en zijn vliegtuig was in de Tweede Wereldoorlog door de Japanners neergeschoten, precies zoals hij vertelde. Toen hij nog levende familieleden en veteranen ontmoette, was er veel herkenning. De familie Leininger doet het complete verhaal uit de doeken in het boek 'Soul Survivor'.

Een leven in Hollywood

Een andere opvallende case is van een Amerikaanse jongen genaamd [Ryan](#). Hij begon spontaan te vertellen over zijn wederwaardigheden in de Hollywoodindustrie in de jaren '30. Hij wees uiteindelijk 'zichzelf' aan op een oude foto (zijn moeder had vanwege zijn verhalen wat oude Hollywoodboeken uit de bibliotheek meegenomen). De persoon die hij aanwees,

was een onbekende figurant. Na het nodige speurwerk werd ontdekt dat de man Marty Martyn heette. Een Broadwaydanser, die uiteindelijk figurant en later een succesvol talent agent werd. Ryan wist van alles te vertellen over zijn familie en privéleven in die tijd, alsmede hoe hij gestorven was. Heel veel bleek te kloppen, dat konden ook enkele nazaten van Martyn bevestigen. Een heel typisch feitje: Ryan bleef erbij dat hij als Martyn was gestorven op 61-jarige leeftijd, terwijl op de overlijdensakte 59 jaar stond. Onderzoek wees echter uit dat de akte niet correct was ingevuld: Martyn was inderdaad 61 toen hij stierf.

Je eigen moord oplossen

Een derde wonderlijke geschiedenis is van een jongetje uit de [Golan Hoogvlakte](#). Hij wees degene aan die hem in zijn laatst geleefde leven (vier jaar eerder) om had gebracht, evenals de vindplaats van het moordwapen, en van zijn lijk (dat op dezelfde plek op het hoofd verwond was als waar het jongetje een moedervlek heeft).

[En zo zijn er meer gevallen.](#)

Opmerkelijke verhalen, die, als er niet zoiets bestaat als 'vorige levens', in theorie ook verklaard zouden kunnen worden als 'ingefluisterd door een entiteit' of 'voortkomend uit een open verbinding met het Alwetend Veld'. Alleen is het dan wel typisch dat de herinneringen en het praten erover verdwijnen vanaf dat kinderen een jaar of zeven zijn.

De kinderen spreken ook consequent van 'ik/mijn', de levens zijn voor hun levensechte herinneringen, net als wat ze gisteren of vorige week hebben gedaan.

Ook zijn er kinderen die vertellen over hoe ze omkwamen bij een brand, of door verdrinking of een auto-ongeluk. Of ze hebben het bijvoorbeeld over hun vorige, andere of 'echte' moeder.

Er is kritiek op verhalen die als waar worden aangenomen, omdat ze ook door anderen of door externe bronnen ingegeven zouden kunnen zijn. Soms worden spannende, tot de verbeelding sprekende verhalen (rijkdom, misdaad) immers wijd en zijd verteld. Ook valt er volgens critici veel aan te merken op de manier van feiten verifiëren.

Het is niet verkeerd om een slag om de arm te houden en je niet gek te laten maken. Maar als je eigen kind op wel heel jonge leeftijd herhaaldelijk blijkt geeft van bepaalde kennis, is dat op zijn minst opvallend.

Zo riep de man van een vriendin als peuter spontaan 'Hitler!' bij het zien van een oude auto op tv, terwijl hij echt te jong was om te weten wie dat was. We kunnen niet achterhalen of hij de naam toch ergens van volwassenen heeft opgepikt, maar het is wel frappant dat hij de auto aan de juiste eigenaar (die niet eens in beeld was) koppelde. Wie weet gaat het hier om een herinnering aan een vorig leven.

Het zijn in elk geval vaak jonge kinderen die vorige levens ter sprake brengen.

Opvallende, terugkerende feiten

Parapsycholoog Ian Stevenson en kinderpsychiater Jim B. Tucker, beiden verbonden aan de Universiteit van Virginia, deden veel onderzoek (50 jaar aan documentatie, 2500 cases) en zagen de volgende zaken steeds terugkeren:

- De meeste kinderen die zeggen zich hun vorige leven te herinneren, zijn tussen de 2 en 6 jaar oud
- Het praten over vorige levens begint doorgaans bij een jaar of 2, 3
- Vaak betreft het levens van mensen die relatief dichtbij hebben gewoond
- De manier van erover praten is kalm en feitelijk
- Vanuit hun vorige leven hebben de peuters specifieke kennis die leeftijdsgenootjes niet hebben, over een ambacht bijvoorbeeld
- De gemiddelde leeftijd waarop de 'vorige persoon' overleed, is 28
- 60% van de kinderen die zeggen zich een vorig leven te herinneren, zijn jongens
- Ongeveer 70% van de kinderen zouden in hun vorige leven een gewelddadige of onnatuurlijke dood zijn gestorven (waarover ze gedetailleerd kunnen vertellen), en van deze groep 'overledenen' is weer 70% mannelijk
- 90% van de kinderen zeggen dat ze nu dezelfde sekse hebben als in hun vorige leven
- De tijd tussen dood en wedergeboorte bedraagt gemiddeld 16 maanden
- 20% van de kinderen zeggen herinneringen te hebben aan de tijd tussen sterven en wedergeboorte

Stevenson vond ook aanwijzingen dat geboortefwijkingen en moedervlekken verband zouden houden met (fatale) verwondingen in vorige levens.

“Toen was ik groot”

Wat opvalt is dat kinderen op een vanzelfsprekende manier praten over ervaringen die wij als volwassenen niet kunnen plaatsen. Voor de peuters is de informatie gewoon beschikbaar, en ze kennen geen bezwaren om wat voor hun normaal en bekend is, te vertellen aan hun ouders of aan anderen.

Zo zei het dochtertje van een kennis een keer tegen mij, met een heldere stem en een doordringende blik: “Ik ken jou nog van heel lang geleden.” Ik: “Was jij toen nog heel klein?” (want misschien was het haar manier om te zeggen dat het al even geleden was dat ik op bezoek was geweest). Zij, kalm en stellig: “Nee, toen was ik groot.” Je begrijpt dat ik door wilde vragen, maar toen kwamen haar broers binnengestormd en was het tijd om te spelen. Later wist ze het zich niet meer te herinneren. Kinderspel? Of kennen S. en ik elkaar echt 'van heel lang geleden'?

Verklaren de hersengolven het herinneren van vorige levens?

Als we ervan uitgaan dat reïncarnatie bestaat, dient zich de vraag aan hoe het kan dat kinderen zich hun vorige leven(s) gemakkelijker weten te herinneren dan volwassenen.

In zijn boek 'The Biology of Belief' beschrijft Bruce Lipton dat de verschillende hersengolven per leeftijd en per activiteit meer of minder dominant zijn.

Afhankelijk van leeftijd en activiteit (slapen, dagdromen, redeneren, vluchten, creativiteit etc.), opereren de hersenen op verschillende frequenties: Delta, Thèta, Alpha, Bèta of Gamma.

Lipton ziet de Thèta-hersengolfactiviteit als verklaring voor hoe het komt dat kinderen zo vatbaar zijn voor wat hun met name door hun ouders via woord en gedrag (bewust en onbewust) wordt ingeprent. De Thèta-frequentie, die tot een jaar of zeven de boventoon voert, zorgt voor een zeer ontvankelijke staat, waarin een kind snel en veel kan leren. Moeder Natuur heeft dit zo georganiseerd, voor maximale overlevingskansen op volwassen leeftijd.

Vanaf het laatste trimester van de zwangerschap tot een jaar of zeven, zijn de Thèta-hersengolven dominant. Mogelijk verklaart dit ook waarom juist jonge kinderen vaker over vorige levens praten: de kritische, vergelijkende mind is in deze ontvankelijke staat nog niet of nauwelijks actief. Jonge kinderen voelen doorgaans ook geen behoefte zich af te vragen of iets wel 'kan'.

Thèta-golven zijn ook betrokken bij het herbeleven van gebeurtenissen en bij momenten van inzicht. Dat kan optreden tijdens het indommelen (en bij hypnose wordt de Thèta-staat bewust geactiveerd), maar mogelijk verklaren de kenmerken van de Thèta-staat ook het vermogen je je vorige levens te herinneren.

Na het zesde, zevende levensjaar maakt de Thèta-activiteit plaats voor steeds meer Bèta-activiteit. Een frequentie die onder meer te maken heeft met logica en met interactie met de buitenwereld. Het praten over herinneringen uit vorige levens is dan doorgaans voorbij en de herinneringen zelfs vergeten.

Het doet er wel toe of het vorige leven goed verwerkt is. De concrete herinneringen mogen dan wel verdwijnen, of misschien nooit aanwezig zijn geweest, maar niet verwerkte traumatische gebeurtenissen kunnen ongemerkt een rol blijven spelen in de vorm van angsten en fobieën.

Ook kan het herinneren van en praten over vorige levens verdwijnen als kinderen zich serieus genomen voelen. In onderzochte gevallen bleek verder dat herinneringen vervaagden nadat het kind een ontmoeting had gehad met nog levende familie uit het vorige leven.

Ik vind de leeftijdsgebonden overgang van Thèta- naar Bèta-dominantie de meest aannemelijke verklaring voor het gegeven dat jonge kinderen spontaan over hun vorige levens praten.

Als het herinneren van vorige levens te verklaren zou zijn vanuit aangeboren paranormale talenten, 'gekaapt' of gesouffleerd worden door een entiteit, of door toegang tot een alwetend veld, is het niet logisch dat deze mogelijkheden worden afgekapt vanaf een jaar of 7.

Conclusie: heeft je kind het over een vorig leven?

Als vorige levens bestaan (want daarin geloven is vereist om de vraag te kunnen stellen en beantwoorden), en je herkent bij je kind de punten uit dit hoofdstuk...dan zou het best wel eens om een vorig leven kunnen gaan!

Déjà vu...of herinnering aan een vorig leven?

Als je wel eens een déjà vu hebt, weet je wat het inhoudt: je ervaart een situatie, waarbij je, in elk geval voor enkele momenten, er helemaal van overtuigd bent dat je deze al eerder hebt meegemaakt.

Wat is dit 'Phénomène de Déjà Vu', zoals het voluit heet?

Gaat het om een foutje in je hersenen? Is er sprake van een herinnering uit een vorig leven? Of zijn er nog andere verklaringen denkbaar?

De ingeburgerde Franse term déjà vu betekent letterlijk 'reeds gezien' en verwijst naar de toestand waarin je denkt dat je een ervaring opnieuw meemaakt. Je kunt hierbij het idee hebben dat je zelfs weet wat er in het volgende ogenblik gaat gebeuren.

Een paar feitjes

- Ca. 70% van de mensen heeft wel eens een déjà vu. Sommigen mensen hebben het nooit, anderen juist vaak.
- Jongeren, zwangere vrouwen, psychiatrische patiënten en epileptici hebben vaker een déjà vu.
- Concentratiegebrek door vermoeidheid, stress en zuurstofgebrek, overmatig alcoholgebruik en het leiden van een onevenwichtig leven werken het optreden van déjà vu in de hand.

Déjà vu wetenschappelijk verklaard

Vroeger werd gedacht dat déjà vu optreedt omdat een gebeurtenis je onbewust aan een droom herinnert. Een droom bestaat echter uit beelden, een déjà vu gaat ook gepaard met geuren, smaken, geluiden.

Volgens Freudianen zou het déjà vu je in staat stellen om te gaan met moeilijke situaties: het besef dat een vergelijkbare gebeurtenis goed afliep, stelt je gerust.

Psychiater H. Sno opperde in de jaren '90 dat een déjà vu wordt beleefd, als een situatie die deels lijkt op iets wat je eerder meemaakte, de hersenen ertoe aanzet met bijpassende geheugenfragmentjes er een samenhangend geheel van maken, dat bekend voorkomt. Er is pas sinds kort een verklaring voor het verschijnsel déjà vu.

In 2016 bleek uit onderzoek van wetenschappers van de Schotse University of St. Andrew's dat déjà vu optreedt als de hersenen een 'herinneringsfout' proberen op te lossen.

De wetenschappers lokten déjà vu's uit via een proef met aan elkaar gerelateerde woorden en scanden de hersenen van de proefpersonen. Ze ontdekten dat hersengebieden die betrokken zijn bij beslissingen nemen, actief werden gedurende de déjà vu-beleving. Deze gebieden controleren herinneringen en versturen signalen wanneer een herinneringsfout (een conflict tussen wat je echt hebt ervaren en datgene waarvan je denkt dat je het hebben ervaren) optreedt.

Een déjà vu, concludeerden de wetenschappers, ervaar je als de hersenen bezig zijn een herinneringsfout op te lossen.

Als de term déjà vu voor jou de lading niet dekt

Bovenstaand staaltje hersenwetenschap is niet voor iedereen bevredigend. Denk aan mensen die zomaar de weg weten op plekken waar ze nog nooit zijn geweest, of die een emotioneel gevoel van thuiskomen ervaren als ze voor het eerst een bepaalde plaats bezoeken.

Thuiskomen op vakantie

De kennis uit hoofdstuk 2 was diep onder de indruk toen hij zich onverwacht thuis voelde op een specifieke historische locatie. Hoe maak je in zo'n geval onderscheid tussen een déjà vu en een mogelijk vorig leven?

Typisch aan een déjà vu is dat de hele scène je bekend voorkomt; wat er te zien is, wat er gezegd wordt, de mensen, alle geuren en kleuren. Het is een complete beleving, en dus meeromvattend dan het herkennen van bijvoorbeeld een historisch pand. En ook anders dan geraakt worden door een plek.

Cryptomnesie

Nu kan het herkennen van een historisch pand natuurlijk ook een kwestie van geheugen zijn. Je hebt het bijvoorbeeld jaren eerder eens gezien in een reisgids of op internet, maar bent je daar niet bewust van. Als je bent vergeten dat je iets weet, is er sprake van cryptomnesie. In [dit artikel van NRC](#) staan diverse voorbeelden. Zo zou George Harrison flink last hebben gehad van cryptomnesie toen hij zijn hit 'My Sweet Lord' schreef.

Waar komen de emoties vandaan?

Een vergeten herinnering, wie weet. Maar wat verklaart nu de emoties die mensen zomaar kunnen overvallen als ze, bij hun weten voor het eerst, op een bepaalde plek komen? Als er sprake is van een compleet nieuwe ervaring is en er vooraf geen romantische hang was naar de plek of het tijdperk dat een rol lijkt te spelen?

Toch geen déjà vu, maar een vorig leven?

Wat is er nog meer nodig om de verklaring 'déjà vu' terzijde te schuiven, en een herinnering aan een vorig leven te vermoeden?

Wat mij betreft kunnen de volgende zaken hiervoor aanwijzingen zijn:

- Je hebt een fobie of een onverklaarbare angst
- Je hebt levendige, herhalende dromen over gebeurtenissen of over plekken waar je nog nooit bent geweest
- Je hebt moedervlekken die wellicht een 'overblijfsel' zijn uit een vorig leven
- Je wilt er meer van weten, het laat je niet los
- Je hebt andere verklaringen uitgesloten, omdat ze niet bij jouw ervaring aansluiten

- Je voelt diep van binnen een waarheid: 'dit moet het zijn, het kan niet anders'
- Je hebt wellicht eerder, bijvoorbeeld tijdens een meditatie, healing of geleide regressie, onverklaarbare emoties, beelden, herinneringen gehad
- Je voelt een verlangen, een weemoed, een thuis voelen, als je op een bepaalde plek bent of eraan terugdenkt, of je voelt je sterk aangetrokken tot een andere cultuur

Heel duidelijk zijn de gevallen van mensen die in een feest der herkenning belanden. Ze ontdekken hun oude leven onder hypnose. Ze zijn na het zich herinneren van hun vorige leven in staat linea recta naar hun oude huis (of de plek waar het verifieerbaar stond) te lopen, ze weten nog kenmerken van het dorp, waar er een kasteel of een molen stond, hoe ze heetten, etc.

Maar kun je zeker weten dat het om een vorig leven gaat?

Voor mij volstaat het gevoel wat je zelf van binnen hebt. Het kan interessant en behulpzaam zijn een healer of regressietherapeut te bezoeken, en te kijken wat er naar boven komt. Iets in jou vraagt om aandacht en bewustwording. Het kan een mooie ontwikkeling opleveren vol verwondering dit paadje te gaan volgen.

Matcht 'vorig leven' ook niet met je gevoel of ervaring? Ik heb nog wat suggesties.

Je bent ingelogd op Het Veld

Als het zo is dat we allen verbonden zijn in een groot Veld van energie, en er eigenlijk geen 'ik' en 'jij' bestaat...van wie is dan een herinnering of ervaring? Misschien stelt onze verbinding met Het Veld ons in staat willekeurige belevingen te ondergaan, uit 'andere' tijden en van 'andere' mensen.

De parallelle/simultane ervaring, waarbij je zonder het te weten verbonden bent met een andere persoon in een ander land, ligt enigszins in het verlengde van deze verklaring.

Je bent een starseed

'Starseeds' is een benaming voor aardbewoners die afkomstig zouden zijn uit een ander sterrenstelsel, en hier zijn om de aarde te ondersteunen in de overgang naar het Gouden Tijdperk. Typisch aan starseeds zou onder andere zijn, dat ze enorm veel kennis tot hun beschikking hebben.

Tot dusver lijkt het zomaar een van de vele new age termen.

Ware het niet dat ik zelf iemand ken die de bijzondere gave heeft dat als ze in gesprek is met iemand, ze plotseling toegang heeft tot de kennis die tot het intellectuele of werkveld van de ander behoort. Ze kan er dan letterlijk 'over meepraten'. Ze ontvangt als het ware een soort 'bestand' van informatie wat ze daarvoor nog niet had. Een hoger ontwikkeld, met haar verbonden wezen, zou haar deze pakketjes toespelen, is haar verteld...

Zouden er langs deze weg ook pakketjes verzonden kunnen worden met 'totaalervaringen', zodat het niet alleen *lijkt* alsof je ergens al eens geweest bent, maar je ook van de bijbehorende informatie wordt voorzien?

Het zijn voorouderervaringen die komen bovendrijven

Heb jij zicht op wie al je voorouders waren, hoe hun levens verliepen en op welke plekken ze leefden?

Met stamboomonderzoek kun je een eind komen, maar er blijven altijd vele lijntjes onduidelijk of niet uitgezocht. Immers, hoe verder je teruggaat in de tijd, hoe meer voorouders je hebt; jij bevindt je 'onderaan de trechter'. Maar in je DNA draag je je voorouders met je mee. Je bent met hen verbonden. Wie weet is het hun en dus jouw geschiedenis die boven komt drijven, op het moment dat je een bepaalde plek bezoekt...

Je bent aan het dagdromen

Dat je fantasie ruim baan krijgt op een inspirerende plek, is geen gek idee. Waarom zou je ervaring niet gewoon een dagdroom zijn!

De moeilijkheid met deze verklaring vind ik echter dat een *déjà vu* of een mogelijke vorige levens-ervaring je plotseling overvalt, en een gevoel van herkenning geeft, terwijl een dagdroom voortkomt uit een ontspannen moment waarop je alleen bent of je verveelt.

Daarbij bepaal je de duur en de inhoud van je dagdroom zelf (tenzij iemand je stoort natuurlijk ;-).

Toch weer die Thèta-golven?

De rode draad in bovenstaande suggesties, is dat er een 'lijntje' moet zijn. Tussen jou en een gids, voorouder(s) of het Veld. En typisch voor de ervaring op het moment zelf, is je eigen opmerkzaamheid, je *awareness*.

Zeker in het geval van de ervaring op vakantie, telt: je staat open. Je bent in het hier en nu, want je bent ontspannen of verwonderd en je zintuigen staan op scherp in een andere omgeving. Je bent...als een kind, zou je kunnen zeggen...

Ik vermoed dat op deze momenten de Bèta-golven een stapje terug doen ten gunste van de Thèta-golven. De ontvankelijke staat.

En misschien is dan alles wel mogelijk!

4 Een paar redenen om met vorige levens te werken

Voor mij is het werken aan ballast uit een vorig leven een middel om doelgericht met karma aan de slag te gaan en daardoor bewust, heel en vrij te worden. De informatie die naar boven komt in een sessie met een specifieke focus en intentie is schijnbaar van belang voor jouw ontwikkeling.

Hoe ontstaat ballast uit vorige levens?

Nou, precies zoals blokkades en trauma's in je huidige leven ontstaan: door te leven. In je leven maak je ingrijpende dingen mee die je wel, niet, of deels te boven komt, en je wordt continu gevormd en beïnvloed door je omgeving. Via fysieke, psychische of andere signalen laat je ziel je weten waaraan gewerkt moet worden. Klachten, aandoeningen, problemen en negatieve overtuigingen vormen de wegwijzers op je pad naar Heelheid.

<http://karineharkemalichtwerk.nl/het-kan-lichter/>

Vorige levens kunnen ook een interessante en behulpzame invalshoek zijn bij het helen van relaties.

Ken ik jou niet ergens van?

De mensen om ons heen, van dierbare familieleden tot irritante collega's: zien we die in dit leven voor het eerst? Of leven we herhaaldelijk met dezelfde mensen, en komen we ze tegen omdat we nog iets uit te werken hebben?

Soms kom je mensen tegen die je meteen in je hart sluit als vriend(in) of liefdespartner. Soms kom je mensen tegen aan wie je bij voorbaat een hekel hebt. Dat kan ermee te maken hebben dat die ander een schaduwkant van jou spiegelt, maar mogelijk is er meer aan de hand.

Een paar voorbeelden.

Met je martelaar op cursus

Tijdens de opleiding energetisch coach die ik in 2007 volgde, gingen mijn haren overeind staan van een cursusgenoot. Ik begreep niet waarom, want deze oudere heer was de voorkomendheid zelve; vriendelijk, open, behulpzaam, intelligent. Toch voelde ik afkeer. Waarom werd duidelijk tijdens een van de laatste cursusedagen. Hij herbeleefde het en andere cursusgenoten zagen het: hij had mij in een vorig leven vreselijke dingen aangedaan. Met tranen in zijn ogen vroeg hij mij hem te vergeven. Dat deed ik. Daarna was het 'enge' uit de lucht.

Voorbijgestreefd door vrouw nummer twee

Het 'al kennen' van iemand kan ook anders uitpakken natuurlijk.

Een aantal jaren geleden raakte ik bevriend met een gezellige, bijzondere dame. Maar hoe leuk ik het ook vond om tijd met haar door te brengen, na elke afspraak was ik leeg. Ik vroeg me af hoe het mogelijk was dat ik van haar zo moe werd, ik ervoer haar niet als een 'energievampier'.

Ik besloot een Christallin-sessie op mezelf toe te passen. Ik zag ons in een vorig leven, naar mijn idee al gauw 2000 jaar geleden, in een soort Perzische setting. Met nog minstens drie andere mooie vrouwen leefden we in een polygaam huwelijk, schitterend gekleed en gekapt en behangen met prachtige juwelen. Op een dag was er een wedstrijd (denk: dans, muziek, poëzie), waarbij de prijs bestond uit bepaalde privileges. Ik vond mijn prestatie veruit de beste, maar tot mijn schrik en frustratie won een andere vrouw. En, afgaand op de blik vol genegenheid van 'onze man', won ze omdat ze het lievelingetje was. Het was de vrouw met wie ik nu nog steeds bevriend ben. Het gevoel van onrecht over de situatie en de teleurstelling dat de privileges waar ik naar verlangde aan mijn neus voorbijgingen, veroorzaakten in het nu een energielekkage. Na het ontdekken en helen van deze gebeurtenis heb ik gelukkig geen last meer gehad van de moeheid! (En we zijn nog steeds bevriend ;-)

'Ik zal altijd voor je zorgen'

Nog een voorbeeld. Oude beloften kunnen van grote invloed zijn, als je elkaar weer ontmoet. Zo had ik een cliënte die, nadat ze eindelijk haar relatie had verbroken, zich maar verantwoordelijk bleef voelen voor haar ex. Tijdens de sessie bleek dat zij in een recent vorig leven broer en zus waren geweest, en dat mijn cliënte (toen de broer) had gezworen 'altijd' voor zijn zus te zullen zorgen. Het volstond om dit stukje te zien en los te laten, om ook de verantwoordelijkheid los te kunnen laten.

Van Orion naar de aarde

Ik werd geraadpleegd door een vrouw die onder meer hoopte op helderheid over haar relatie. Een van de zaken die naar boven kwamen, was dat beide partners behoren tot een zielsgroep die verbonden is met Orion. De herkenning die ze had ervaren, was er niet voor niets. Ze hadden vooraf afgesproken een relatie aan te gaan.

Aanwijzingen dat je met elkaar had afgesproken

De kans is groot dat je belangrijke mensen in je leven al kende en vooraf afspraken had gemaakt over het doormaken van bepaalde ervaringen.

Aanwijzingen daarvoor zijn bijvoorbeeld:

- het delen van een intense, diepgaande ervaring
- het gevoel met anderen op dezelfde 'golflengte' te zitten
- als je partners of familie van elkaar bent
- of, zoals in bovenstaande voorbeelden, een ogenschijnlijk negatieve ervaring, die een ingang voor heling blijkt te zijn.

Misschien blijven we elkaar tegenkomen, als stukjes van het Geheel dat we zijn. Herkennen we de ander als onbewust oude herinneringen worden geactiveerd. Voor een nieuwe ronde van lessen leren, tot afronding en vervulling komen.

We hebben allemaal ervaringen die nog niet af zijn. Het leven faciliteert ons tot groei en afronding te komen, door bepalende ervaringen en contacten met anderen.

We werken samen, zijn elkaar tot steun bij het ervaren van het leven en het bereiken van de doelen op ons pad van groei. We ontwikkelen onszelf en helpen anderen zich te ontwikkelen.

Dat we elkaar bewust gekozen hebben om bepaalde ervaringen op te doen, wil niet zeggen dat we precies moeten weten om welke ervaringen het gaat, of wanneer ze afgerond zouden moeten zijn.

Het leven ontvouwt zich vanzelf en zorgt voor zijn eigen harmonie.

Vorige levens en je zielsmissie

Je vorige levens en je zielsmissie, hebben die iets met elkaar te maken? Of is alles maar een toevallige aaneenschakeling van gebeurtenissen? Of heb je in elk leven (lineair dan wel simultaan) een ander doel?

We gaan het eens bekijken.

In de visie van de befaamde ziener Edgar Cayce reïncarneert je ziel 'door' een laag van eerder opgedane indrukken heen. Deze indrukken bepalen hoe je tegen je nieuwe leven aankijkt.

De wereldberoemde healer, docent en wetenschapper Barbara Brennan scherpt het nog iets aan: je kiest een leven doelbewust, juist omdat je negatieve overtuigingen hebt, bijvoorbeeld ten aanzien van geld, religie of relaties. Gedurende je leven word je je er steeds bewuster van dat je je ervaringen beleeft en beoordeelt via een bepaalde 'bril'. Daardoor kan (eeuwen)oude schade helen en ga je je leven in een ander licht bezien.

Klinkt behoorlijk geordend, vind je niet?

Leren en ontwikkelen doen we dus blijkbaar sowieso.

Het doet me denken aan de symboliek van de lotus, die groeit en bloeit vanuit het duister van de modder. Negatieve ervaringen en overtuigingen als mest voor jouw groei en bloei.

Maar als je er net als ik van overtuigd bent dat je tevens naar de aarde bent gekomen om iets te brengen; om iets bij te dragen aan het grote geheel, waarbij je ziel een specifiek groeidoel heeft, is deze algemene kijk niet bevredigend.

Houdt je 'leven met voorbedachte rade' ook een zielsmissie in?

Wat is een zielsmissie?

Een zielsmissie. Ik zie het als een doel, geworteld in een hartsverlangen om zelf maximaal te groeien én de wereld van dienst te zijn. Op gevoel maak je keuzes en er zijn allerlei 'toevalligheden' die je helpen, leiden en bevestigen. Ongemerkt volg je een pad wat met je doel verstrengeld is.

Ik kan me voorstellen dat we allen een vergelijkbaar 'basispad' hebben, waarbij we in de dualiteit die er op aarde (nog) is, alles minstens één keer meemaken. Als man of als vrouw, grootgrondbezitter of onderdrukte arbeider, rijk of arm, blank of zwart, in oorlog of vrede, als soldaat of verpleegster, intellectueel of analfabeet, homo of hetero, huisvrouw of alleenstaande tienermoeder, gekoesterd of mishandeld, dorps of wereldwijd, met vele kinderen of onvruchtbaar, ziek of gezond, mooi of lelijk, atheïst of gelovige, gelukkig of ongelukkig etc. etc. etc. (En natuurlijk zijn er veel dingen die je achtereenvolgens of gelijktijdig

in een enkel leven kunt meemaken.)

Binnen zo'n context kom je dan ervaringen opdoen en verwerken op de manier zoals Brennan beschrijft.

Daarnaast denk ik dat we elk met een specifieke missie komen. Er zal iets zijn wat de boventoon voert. Iets waarmee jij uitdrukking geeft aan de ultieme aardse missie waar we allen aan bijdragen: het brengen van vrede, liefde, licht, waarheid, eenheid.

De missie die zich daaronder bevindt, is misschien wel gewoon AARDEN! :-). Ik vertel je er meer over in dit bonusartikel: **'Je zielsmissie: een kwestie van aarden en je hart volgen'**

Bevatten je vorige levens aanwijzingen voor je zielsmissie?

Hoe zit dat nu met vorige levens?

Zijn er zielsmissies die vele levens of eeuwen bestrijken, omdat er gewoon heel veel ervaringen, of inwijdingen, of andersoortige stappen en bouwstenen voor nodig zijn? Of omdat je als ziel groeit, zoals mensen zich ontwikkelen van baby, naar kind, naar volwassene?

Of kan een enkel vorig leven ten grondslag liggen aan wat je hier op dit moment op aarde komt doen?

Ik heb nog nooit een verzoek gehad om via een vorm van healing of reading in vorige levens aanwijzingen te ontdekken over zielsdoelen. Toch komt de zielsmissie soms bij toeval naar voren. De informatie die naar boven komt, vormt dan een bevestiging of aanmoediging met betrekking tot het omarmen van levenspad.

Denk aan bevestiging van het beroep dat iemand uitoefent of wil gaan uitoefenen, zoals het voorbeeld uit de paragraaf 'Vorige levens, symbooltaal van de ziel?'. waarin de cliënt in meerdere levens een spirituele loopbaan had.

Vaak spreekt er uit de vrijgekomen informatie een oproep vrijuit te gaan leven en jezelf te zijn. Ik werkte een tijdje terug met een cliënt bij wie dit thema nadrukkelijk aanwezig was. Tijdens de healings was het zwaard een terugkerend symbool. Het stond voor innerlijke tweestrijd, en er kwam onder meer een vorig leven aan bod als kasteelvrouw, met altijd strijdende partijen om haar heen, en een vorig leven als tempelier, die vocht met het zwaard en ook omkwam door het zwaard. Ook Excalibur liet zich zien.

Een healing faciliteert het scheppen van ruimte voor jezelf; voor je authenticiteit, en voor het voelen van verbinding met jezelf, de aarde, het universum/God en de ander. Dit maakt dat je vanzelf meer je hart en pad ziet en durft te volgen. Alle informatie die gedurende een sessie naar boven komt, ook die uit vorige levens, ondersteunt dit proces.

Een healing biedt je een liefdevol steuntje in de rug bij het bewandelen van je pad.

Waarom zou je je zielsmissie willen weten?

Als je ervan overtuigd bent dat je niet zomaar op aarde rondloopt, is het prettig om te weten

of je op de goede weg zit. Op zich kun je het niet fout doen, en wat 'fout' lijkt, kan net zo goed bij je zielsplan horen. Geen zorgen dus om een 'vertraging', 'gemiste kans', 'verkeerde afslag', 'niet vervulde verplichting' of 'niet geleerde les'. Kansen te over. En het is ook prima om gewoon lekker van het leven te genieten en je nooit af te vragen wat je doel op aarde is.

Sommige mensen (waaronder ik zelf) zijn echter zo dat ze toch verlangen naar het weten van het doel of nut van hun aardse leven. Het is op deze planeet soms helemaal niet leuk. Een goede reden om hier te zijn, helpt dat te accepteren. Ook kan het weten en leven van je missie een aangenaam gevoel van vervulling geven.

Zoals ik in de vorige paragraaf aangaf, kan het heel bemoedigend zijn om bevestiging te krijgen dat je datgene met je leven doet wat je eigenlijk wilde doen.

Maar zijn er nog andere redenen om je zielsmissie te willen weten?

Je missie leven: je gezondheid verbeteren

Mireille Mettes, de grondlegger van de MIR-methode, ontdekte dat niets zo krachtig voor je werkt als het duidelijk krijgen en gaan leven van je missie ('missie verduidelijken' is stap 9 van haar methode). Je missie leven blijkt van groot belang te zijn voor je gezondheid en welzijn.

Dit heeft er denk ik veel mee te maken dat je hierdoor steeds meer vanuit je hart gaat leven, en het leven dus veel meer flow en vervulling oplevert, ofwel het geeft je energie! Keuzes maken, grenzen stellen en genieten gaat je dan ook beter af.

Andersom: als je flow, energie, vreugde en synchroniciteit in je leven ervaart, is de kans groot dat je je missie leeft!

Healing om achter je missie te komen

Het kan lastiger zijn de rode draad in je leven te (h)erkennen als je met veel ballast (schade, beperkende overtuigingen, onverwerkte emoties) rondloopt. Dat vertroebelt, zet je in je hoofd, in je denken.

Healing is een manier om je 'archieven' op te schonen, en zo helderheid te krijgen over je missie.

Vragen die aanleiding kunnen zijn om het in een (ver) verleden te zoeken, zijn bijvoorbeeld:

- waarom lukt het me niet om mijn levensdoel te ontdekken?
- waarom leef ik mijn missie niet?
- waarom zit het mij zo dwars dat ik mijn missie nog niet leef?
- wat heb ik nog nodig om mijn missie te kunnen volbrengen?
- waarom voel ik zo'n haast?
- heb ik tot dusver wel een 'voldoende' gehaald bij het werken aan mijn doelen?
- wat maakt dat dit onderwerp me zo bezig houdt?

De vraag rond je zielsmissie kan bijvoorbeeld een van deze onderwerpen aan het licht brengen:

- Je hebt onbewust een diepe angst voor God. Naar aanleiding van een oude ervaring heb je jezelf ingeprent dat je niet jezelf mag zijn, niet je eigen weg mag gaan, omdat je dan 'God' verloochent, of wellicht afwijzing riskeert van de gemeenschap waartoe je behoort. Of je draagt een angst met je mee dat je bestraft zult worden, als je de missie waartegen je voorafgaand aan je incarnatie ja had gezegd, niet of niet 'goed' volbrengt.
- In je laatste leven wilde je heel graag aan je doel werken, maar je werd tegengewerkt door anderen
- Je hebt een angst voor autoriteiten (religie, ouders, leraren, heersers) opgedaan die je verhindert naar je zielsmissie te leven
- Je loopt als gevolg van een of meer oude ervaringen rond met angst voor armoede
- Je hebt angst om je leven te verliezen, omdat dit al eens is gebeurd in een leven waarin je voor je doel ging
- Je hebt angst om vrienden of familie te verliezen als je je missie gaat leven
- Je laatste leven is traumatisch geëindigd, waardoor je nu moeite hebt met aarden en je je daardoor minder goed met je missie kunt verbinden.

Doen deze onderwerpen misschien al een belletje rinkelen? Dan is een healing mogelijk een prima manier voor jou om ruimte te maken voor jezelf en je zielsmissie te ontdekken.

5 Ontdek je vorige levens

Volgens mij hoorde ik eind basisschool, begin middelbare school voor het eerst van het begrip vorige levens. Ik denk dat ik het ergens heb gelezen, maar ik luisterde met mijn moeder ook wel eens naar het door paragnosten verzorgde radioprogramma Het Zwarte Gat. Van de gereformeerde kerk waar we toe behoorden, mocht je het niet over reïncarnatie hebben. Het geheimzinnige zwijgen gaf mij juist het idee dat reïncarnatie wel bestond, maar dat er iets gevaarlijks mee aan de hand was.

Toch vond ik het wel wat, vorige levens. Het sloot aan bij mijn 'er is meer'-gevoel en ik vond het ook logisch. Het verklaart fascinaties, herinneringen en angsten die mensen kunnen hebben en hele volksstammen in Azië hebben reïncarnatie in hun geloofssysteem opgenomen.

Tijdens healingopleidingen was 'vorige levens' ook een volkomen geaccepteerde, veelgebezigde term, waardoor het nog vanzelfsprekender werd om erin te geloven en ermee te werken.

Wat mijn geloof in het bestaan van vorige levens verder sterkt, is de bevestiging die ik krijg als ik terugkoppel wat ik waarneem.

Mensen bevestigen vaak de juistheid van mijn waarnemingen en beschrijvingen van ervaringen uit hun huidige leven.

Mensen kunnen regelmatig mijn waarnemingen van vooroudergeschiedenissen bevestigen, op basis van hun bekende familieverhalen.

En soms kunnen mensen waarnemingen van vorige levens bevestigen, door eigen mystieke ervaringen of doordat andere healers hetzelfde zagen en terugkoppelden.

Het gaat om ervaringen die zij op geen enkele manier zelf met mij hebben gedeeld.

Toch wel interessant. En waarom zouden de niet-verifieerbare zaken die ik waarneem niet even waar zijn als de verifieerbare?

Daarnaast heb ik zelf bepaalde, levendige herinneringen waarbij 'vorig leven' voor mij de beste verklaring is, omdat de herinneringen net zo persoonlijk voelen als herinneringen waarvan ik zeker weet dat ze van mij zijn.

Wat voor mij het belangrijkste is: werken met vorige levens werkt. Of ze nu 'bestaan' of niet; inzoomen op een vorig leven, levert nuttig resultaat op; is helend.

Hoe kom je uit bij een specifiek vorig leven?

In mijn werk is het een kwestie van afstemmen. Ik verbind me met jou en je ingebrachte thema. Het is niet zo dat we uit balorigheid of sensatiezucht eens gaan kijken hoe het met de vorige levens zit.

Blijkt dat de oorzaak van een probleem niet uit je huidige leven stamt en ook niet bij je voorouders te vinden is, dan ga ik na of het om een vorig leven gaat, hoeveel levens geleden,

of je toen een man of vrouw was, op welke leeftijd iets plaatsvond wat zo bepalend was dat het je nu nog beïnvloedt. Hierna volgt een specifieke heling.

Als je dit boek aan het lezen bent, heb je misschien zelf al ervaring opgedaan met het (laten) ontdekken van een of meer vorige levens. Of misschien is het iets wat je eigenlijk wel eens zou willen proberen.

Waarom je verdiepen in je vorige leven?

Waarom zou je je verdiepen in een vorig leven? Voor jezelf heb je daar vast een antwoord op. Een reden of aanleiding om eens verder te willen kijken.

- Bijvoorbeeld omdat je je door een angst, trauma of fobie beperkt voelt in je functioneren.
- Omdat je je gezondheid wilt verbeteren door ook je energielichaam en je onbewuste stukken onder de loep te nemen.
- Omdat je steeds tegen dezelfde uitdagingen aanloopt in het leven.
- Omdat je aan je persoonlijke groei en bewustzijnsontwikkeling wilt werken.
- Omdat je gewoon nieuwsgierig bent.
- Of omdat je sterk het idee hebt dat je een verbinding voelt met een specifiek vorig leven.

Heimwee naar een vorig leven?

Voel je je sterk aangetrokken tot een bepaalde tijd of plaats? Wie weet spreekt er een vorig leven.

Misschien heb je het ook wel eens. Een soort romantische heimwee naar een plek en een tijd waarin het 'beter' of mooier is dan in het nu. Misschien komt het door ideaalbeelden uit films en boeken, een vakantie op een idyllische plek, of een bezoek aan een indrukwekkend kasteel. Je ziet al helemaal voor je hoe je daar zou rondlopen, in mooie gewaden, omgeven door ongerepte natuur, met pure voeding, in een kalm leeftempo.

Dan word je je bewust van je dagdroom en ga je nadenken: hm, dat rustige leeftempo, dat kan wel kloppen, maar de levensverwachting was eigenlijk niet zo hoog, de voeding eenzijdig, de ongerepte natuur zat vol struikrovers en als vrouw was de vrijheid ver te zoeken...

En je bent klaar met mijmeren. Of toch niet? Wil het iets zeggen, als een bepaalde periode in de geschiedenis, of een bepaalde plek, een onverklaarbare aantrekkingskracht op je heeft? Wil dat dan zeggen dat je in die tijd geleefd hebt?

Ik voel zelf een vreemde aantrekkingskracht met betrekking tot Groot-Brittannië, met name naar de tijd dat de Romeinen in Brittanica huishielden. Ik krijg bijna koude rillingen als ik een Keltische naam als Fiona of Ceridwen hoor, en kan wegdromen bij mythen, sagen en legenden, zoals die van de Tuatha Dé Danann (overigens Iers) en Avalon. Ook mijn moeder had iets met 'Engeland', en voor zover bekend komen er geen voorouders vandaan. Ik heb

nog nooit onderzocht of het iets betekent. Het historische voelt wel als een stukje thuis. En blijkbaar is de locatie veelzeggend, want toen ik in 2016 in Le Morvan in Frankrijk het voormalige Keltische bolwerk Bibracte bezocht, was ik wel onder de indruk van de hoogstaande beschaving, maar een persoonlijk feest der herkenning was het niet (dat de Romeinen er de boel uiteindelijk inpikten, zei me meer).

In het nu, zonder nader onderzoek, betekent mijn gevoel voor mij een verlangen naar een leven in harmonie met de Natuur, met een verbondenheid met de Oergodin en een vanzelfsprekende plaats voor magie.

Bij dit soort gevoelens, of het nu om een vorig leven, een rijke fantasie of een romantische inslag gaat, gaat het wat mij betreft om dit besef: het geheel raakt iets in jou aan. En dat is de moeite waard om te onderzoeken. 'Historische heimwee' als middel om je thuis te brengen in jezelf.

Bezie het land, de streek, het tijdsgewricht, als iets wat jou kan voeden. Misschien gaat het om een aspect van jou waarin je mag wortelen. Een talent, een vaardigheid?

Vijf manieren om zelf je vorige leven(s) te onderzoeken

Ga er eens rustig voor zitten, neem je verlangen naar helderheid over je ontwikkeling als uitgangspunt, en neem een kijkje in je pakketje associaties, verlangens, dromen, herinneringen, en wellicht ook angsten en weerstanden. Zie je inspirerende beelden, ontleen je kwaliteiten of kennis aan die tijd of plek waar je op focust?

Het ontdekken en 'beleven' van een vorig leven kan bijzonder helend zijn. Het kan helpen om los te laten en vrij te worden, je kunt tot diepe inzichten komen, en je gezondheid en welzijn bevorderen.

Door zelf met je aandacht naar binnen te gaan, of door je te laten begeleiden door een therapeut, kun je toegang krijgen tot vorige levens.

Er zijn verschillende manieren om aan de slag te gaan met (vermoede) vorige levens. Welke manier past bij jou? Ik beschrijf er hieronder zeven.

1 Ga op reis met jezelf

Lang genoeg gemijmerd? Gevoelens blijven? Je concrete aandacht maakt je verhaal levend. Dit kan helpen je ervaring naar boven halen. Maak er een project van dat bestaat uit een of meer van de volgende onderdelen:

- **Verdiep je in het tijdperk, de mode, de gebruiken, het klimaat.** Breng alles in kaart wat je opvalt en je lijkt te 'roepen'.
- **Maak een moodboard,** vol beelden, kleuren, stoffen, materialen en woorden die jouw gevoel illustreren. Laat het geheel tot je spreken.
- **Reis** eventueel naar het land waar je vorige leven naar jouw idee plaatsvond, voor

antwoorden en inspiratie. Of visualiseer dat je deze reis maakt.

- **Maak eens intuïtief een schilderij of tekening**

Een paar jaar terug voelde ik de drang (tja, waar die drang vandaan kwam? ;-)) een stukje oud-Egypte en sterrenafkomst in een schilderij te verwerken. Inclusief een paar hiërogliefen, waaronder een ibis en een oog van Horus. Het doek was redelijk snel klaar, maar vervolgens moest ik een paar dagen moed verzamelen om het ankh-teken erop te durven zetten. Daar zat blijkbaar iets pijnlijks op. Ik weet niet wat dit schilderwerk precies betekent, maar ik heb door het af te maken een stukje erkenning, acceptatie en integratie ervaren. De hiërogliefen die ik erop 'moest' zetten, bleken te maken te hebben met Thoth, wat ik vet cool vind, omdat deze Egyptische god verbonden is met magie, heling en de schrijfkunst.

Ook het proces van het schrijven van dit e-book heeft dingen voor mij verhelderd.

Ik bedoel maar te zeggen: beperk je niet tot één vorm, en zet jezelf niet vast in het 'moeten weten'. Laat het stromen en de magie ontstaat vanzelf!

- **Schrijf**

Wat voel je, weet je, denk je, vermoed je, over je vorige leven? Schrijf het op. Ben je aan het schrijven, geef dan ook ruimte aan beelden met betrekking tot talenten, kennis, vaardigheden. En geef ruimte aan je angsten. Wat roept het idee dat je antwoorden zou vinden, in je op? Voel je nieuwsgierigheid, schuldgevoelens, heimwee, verdriet, verlangen? Heb je nog mensen te vergeven (jezelf misschien wel)? Is je verlangen een manier om iets in het nu te ontvluchten? Heb je misschien moeite met aarden?

- **Schrijf sneller**

Een andere manier om via schrijven verborgen informatie naar boven te halen, is met deze oefening: schrijf een vraag bovenaan een vel papier, stel een stopwatch in op bijvoorbeeld 2 of 5 minuten, en pen dan zo snel mogelijk alles neer wat er aan antwoorden in je opkomt. Haal je pen niet van het papier om na te denken, schrijf als je stilvalt gewoon nogmaals je vraag op. Let niet op taalfouten of logica (of je handschrift ;-))

Een 'beginzin' kan bijvoorbeeld zijn: "*Ik heb heimwee naar ...* (vul de tijd of plek in die je wilt onderzoeken), *omdat...*" of "*mijn vorige leven wil mij vertellen dat...*" en kijk wat er komt.

Alles wat je opschrijft is goed, al staat er 'tomatensoep' of 'pluizige regenboog'; selecteren en analyseren doe je achteraf. Je gaat door deze creatieve oefening in gesprek met je onderbewuste, en daar wil je kritische mind zich mee bemoeien. Daarom is het van belang dat je er tempo in houdt, zodat je je hoofd geen gelegenheid geeft met bezwaren, oordelen, en analyses aan te komen.

Wat is waar en betekenisvol voor jou?

Het gaat er bij bovenstaande oefeningen niet om jezelf op 'fouten' te betrappen, of onomstotelijk bewijs te vinden dat er inderdaad een vorig leven in het spel is. Het gaat erom dat je onbevangen en eerlijk kijkt en zo tot informatie komt die zinvol, behulpzaam en waar is voor jou.

Wees opmerkzaam, maak notities, slaap er een nachtje over, en kijk of je een rode draad ziet, of een aanleiding om verder op onderzoek uit te gaan, al dan niet met behulp van een therapeut.

2 Mediteer

Vind je het prettig je te laten meevoeren in een geleide meditatie/visualisatie om je vorige levens te ontdekken? Maak het jezelf gemakkelijk en maak bijvoorbeeld gebruik van deze [geleide meditatie van Dr. Weiss](#). De meditatie waar deze regressie-expert met cliënten mee werkt, krijg je als tekst en audio bij zijn gratis e-book '[Mirrors of Time](#)'. (*)

Vertrouw je op je eigen verbinding, hoor jij graag je eigen wijsheid aan en vind je meditatie prettig, dan geeft dit je een mogelijkheid contact te maken met vorige levens. Neem een vraag of een probleem als uitgangspunt. Ga zitten met gesloten ogen, een rechte rug, je voeten naast elkaar op de grond en je handen ontspannen op je bovenbenen. Adem een minuut of zeven diep en rustig in en uit. Richt je op je thema. Observeer wat er in je opkomt aan gedachten, zonder te oordelen of iets te willen veranderen. Reis mee met emoties die je voelt. Waar in je lichaam voel je ze? Komen er herinneringen of beelden op? Geef ze de ruimte. Het is mijn ervaring dat het belanden in een vorig leven plotseling gebeurt, als het aan de orde is. Het kan in de vorm van beelden, gevoelens, inzichten. Blijf op je ademhaling letten, en observeer. Het doel is het ontladen van spanning en het ontvangen van inzichten.

Je kunt je ook op intentie verbinden met goddelijke helpers. Stel je voor dat je informatie kunt vragen aan een gespecialiseerde gids, aan voorouders met wie je het betreffende leven wellicht deelde, of aan mensen met wie je toen een hechte band had. Ook dit kun je overigens als schrijfoefening doen.

3 Regressietherapie

Bij een regressietherapiesessie brengt de therapeut je in een lichte trance. Je bent je bewust van jezelf in het nu én in het verleden, en na de sessie kun je je alles herinneren wat voorbij is gekomen. De therapeut begeleidt jou door vragen te stellen op een reis door je onderbewuste.

Regressietherapie kan worden ingezet om jeugdtrauma's te helpen verwerken, maar het is ook mogelijk om bij vorige levens uit te komen, afhankelijk van het probleem dat je wilt onderzoeken. Je komt snel uit bij de oorzaak. (*)

** Bij bepaalde psychiatrische aandoeningen (waaronder borderline) wordt regressie afgeraden.*

Lijkt het je erg spannend om een regressie te ondergaan? Ben je bang voor wat er naar boven zou kunnen komen of voor de gevoelens die door je heen zouden kunnen gaan? Bij

een Christallin Source Healing doe ik de regressie namens jou: ik ben zelf in trance (al merk je daar niets van, want we kunnen gewoon met elkaar praten), verbind me met jou en ga voor jou op onderzoek uit.

4 Systemisch werk

Tijdens een familieopstelling krijg je inzicht in je probleem door met behulp van representanten (mensen die je onder leiding van een coach of psycholoog intuïtief opstelt in een ruimte) de dynamiek te doorleven die heerst in je gezin van afkomst, inclusief voorouders. Je krijgt de verborgen oorzaken en blokkades in beeld, ontwaart wat in de 'knoop' is geraakt, en zorgt zo dat er doorstroming in je situatie kan komen.

Sinds enige tijd doen ook vorige levens soms van zich spreken bij deze methode. Je kunt zien, voelen, ervaren of weten, wat er in het betreffende leven is gebeurd en waarom je er zo door beïnvloed bent geraakt. Het aan het licht brengen en doorleven werkt bevrijdend.

Wellicht kun je ook een onbekend, maar 'roepend' vorig leven als uitgangspunt nemen voor een opstelling; door te starten met de vraag 'waarom verlang ik naar deze periode/dit land/deze cultuur?'.

5 Ontdek je verborgen verleden via een healing

Een healing is misschien wel de gemakkelijkste en meest comfortabele manier om wijzer te worden over je vorige levens.

Er zijn allerlei vormen van healing waarbij vorige levens aan bod kunnen komen. Ik heb het zelf bijvoorbeeld wel eens meegemaakt tijdens een behandeling met Healing Arts Liquid Light Frequencies, en tijdens een intuïtieve massage.

Ook bij een **klassieke aurahealing** kunnen vorige levens aan bod komen. Ik 'kijk' daarvoor in je 'vorige levens-rugzak'. Soms komen hier alleen wat symbolen uit, soms is de rugzak leeg, en soms wordt er als het ware op een groot scherm een stukje film van het verleden vertoond. Soms worden er in andere delen van de aura meerdere levens en ervaringen tegelijk zichtbaar, omdat ze gezamenlijk hetzelfde illustreren, een emotionele pijn of karaktereigenschap bijvoorbeeld. Ik ervaar de schetsen als minder gedetailleerd dan de informatie die tijdens een Christallin Source Healing naar boven komt, maar de werkvorm is dan ook anders.

Mijn favoriete werkvorm is **Christallin Source Healing**. Vanwege de snelheid, de hoeveelheid details (beelden, mensen, emoties, motivaties etc.) en de effectieve, verreikende vorm van helen: ouders én kinderen, slachtoffers én daders; meerdere generaties, mensen, tijden, lagen...

De focus van Christallin Source Healing ligt op het vergroten van je welzijn door het achterhalen en helen van de invloed van niet verwerkte gebeurtenissen.

Dat kan pijn uit je huidige leven betreffen, maar vaak gaat het om niet verwerkte trauma's die je voorouders aan je hebben overgedragen. Ook trauma's en overtuigingen uit vorige levens

leiden vaak tot obstakels in je huidige leven.

Je zou kunnen zeggen dat je ziel een karmisch jasje draagt, dat bij incarneren wordt geactiveerd. Bepaalde ervaringen heb je op aarde opgedaan, en kun je alleen afronden of verwerken door weer in een aards lichaam te leven. Zeg je aards lichaam, dan zeg je DNA, ofwel, de opslagplaats van informatie die generaties lang nodig werd geacht om zo goed mogelijk te overleven. En zeg je aards lichaam, dan zeg je ook 'nieuwe ervaringen'.

Zo zijn er dus drie hoofdwegen die jou van een persoonlijk pakket aan mogelijkheden en hindernissen voorzien.

Tijdens een sessie spoor ik voor jou de oorzaken op die aan je huidige probleem ten grondslag liggen.

Met deze methode gaan we naar de bron, en naar het allereerste moment dat het probleem in je systeem kwam. Van daaruit vindt een diepgaande heling plaats. Verheldering en bevrijding die zich verspreidt als een olievlek!

Als cliënt heb je het voordeel dat je zelf niet in trance hoeft of iets anders hoeft te doen, je hoeft alleen maar aanwezig te zijn, de informatie te vernemen en op je in te laten werken.

6 Hoe het schrijven van dit e-book mijn kijk op vorige levens veranderde

Voorafgaand aan het schrijven van dit e-book geloofde ik in vorige levens, en dat doe ik nog steeds. Toch is er iets wezenlijk aan mijn visie veranderd.

Ik stuitte op de visie dat het niet je ziel is die incarneert, maar zielsdelen, of 'een set van persoonlijkheden en programma's'. Hoewel ik het in dit boek voor het gemak wel over 'de ziel' heb, is mijn beeld wat minder vastomlijnd geworden.

Daardoor voel ik er ook voor reïncarnatie niet meer als chronologisch gebeuren te zien, maar als iets wat in meerdere tijden en op meerdere plekken tegelijk kan gebeuren.

Deze kijk geeft voor mij een extra dimensie aan het werken met mensen. Ik vond het altijd al mooi dat de invloed van een healing verder reikt dan de persoon die voor me zit, en verder dan het moment dat die voor me zit, maar het idee dat de heling ook een verlichtende invloed heeft op delen die ik (nog) niet kan zien, maakt het nog waardevoller.

Vorige levens als onderdeel van jouw 'systeem'

Wat mij betreft is het de andere kant opkijken als we het bestaan van vorige levens, of in elk geval de invloed van datgene wat het label 'vorige levens' draagt, buiten beschouwing laten.

Ik zie vorige levens als onderdeel van jouw systeem. Wat weer een systeem is dat uit diverse systemen is samengesteld, en verbonden is met een veelheid aan andere systemen.

Ook binnen het systemisch werk (familieopstellingen) worden vorige levens tegenwoordig meegenomen als van invloed op je huidige leven. Wat betreft meesteropsteller Hylke Bonnema hoort dit stuk bij "een diepere, subtielere laag, die zich aandoet als we veel hebben opgeschoond en bewust zijn geworden uit ons familiesysteem."

Wij zijn een systeem binnen en met andere systemen.

Systemen waartoe we behoren, of waarmee we ons identificeren.

Lichaam

Je lichaam is een systeem, wat uit allerlei systemen bestaat, waaronder bijvoorbeeld je immuunsysteem, endocrien systeem en je spijsverteringssysteem. Deze systemen staan niet op zichzelf, maar beïnvloeden elkaar.

Aarde

Je lichaam is ook een systeem van de aarde: het leeft in haar ecosysteem, het functioneert met bouwstoffen die van de planeet afkomstig zijn, volgens de op de planeet geldende natuurwetten zoals zwaartekracht.

Verwantschap

Er zijn systemen waar je van nature in zit. Zo ben je door je bloed, je DNA, verbonden met een systeem genaamd 'gezin'/familie.

Je familie is weer gelinkt aan grotere familieverbanden; van achterneven en -nichten tot aan achterkleinkinderen, en natuurlijk aan (bet-, bet-, etc. over)grootouders.

Dan zijn er systemen waar je voor kiest, maar die vervolgens ook een verwantschap opleveren, door een systeem wat huwelijk of partnerschap heet, en/of door kinderen te krijgen. Of te adopteren.

Ontwikkeling

Er zijn systemen waar je voor kiest in het kader van je persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling: school, godsdienst, werkkringen, verenigingen, sporten, hobby's, vriendschappen.

Er zijn economische, sociale en politieke systemen.

Land

Je woont in een systeem genaamd 'gemeente', dat weer deel uitmaakt van het systeem 'land', dat deel uitmaakt van een samenwerkingsverband van landen, dat op zijn beurt deel uitmaakt van de wereld.

Heelal

De aarde vormt een systeem met de zon en de maan, en deze zijn weer onderdeel van het zonnestelsel met daarin Neptunus, Uranus, Saturnus, Jupiter, Mars, Venus, Mercurius. Een systeem binnen het systeem 'heelal'.

Onderlinge invloed

Systemen vormen onderling ook weer verbanden. Niets is afgescheiden, alles hangt samen en beïnvloedt elkaar.

Zo wordt je immuunsysteem rechtstreeks beïnvloed door je emoties en je gedachten. En je emoties en gedachten hangen weer samen met bepalende ervaringen, uit je jeugd, afkomstig van voorouders, of...van vorige levens.

Hoe moeten we vorige levens in dit verband zien?

Vormen ze een systeem op zich, waar we mee verbonden zijn, of maken onze oude (dan wel simultane...) levens, net als onze bewuste ervaringen, deel uit van het systeem wat we zijn? Of beide?

Vanuit mijn ervaring als healer vind ik het logisch dat vorige levens een plek hebben in het geheel van systemen dat met jou verbonden is. Deze verbinding maakt het mogelijk deze informatiebron aan te boren en de invloed ervan te ontdekken.

Tegelijkertijd: in je vorige levens was je verbonden met vele anderen. Je vorige leven(s) in ogeschouw nemen, betekent iets onderzoeken waar ook anderen mee verbonden zijn.

En omdat de invloed van vorige levens in je huidige leven doorwerkt, beïnvloedt het ook weer je huidige relaties en systemen...

Het vormt mede je denkbeelden en daardoor ook je toekomst.

We horen bij die hele grote familie genaamd 'menschheid'. En groter nog, zoals de Lakota Sioux het omschrijven in het gebed 'Mitakuye Oyasin'; 'All my relations'. We behoren tot het grote geheel van Schepper, mensen, dieren, planten, mineralen, spirits.

Wij zijn onlosmakelijk onderdeel van Het Systeem, en Het Systeem is deel van ons. We zijn Een.

En hoe meer delen van dat systeem gelukkig en vrij zijn, hoe gelukkiger en vrijer het geheel wordt.

Gelukkige mensen zorgen uit liefde voor zichzelf, voor elkaar, voor de aarde.
Het is ten gunste van het hele systeem als wij met compassie onszelf en de ander bezien.

Lokah Samastah Sukhino Bhavantu

Mogen Alle Wezens, Overal, Gelukkig Zijn En Vrij

Tot besluit

En, heeft dit boek jouw kijk op vorige levens veranderd?

Ik zou het ontzettend leuk vinden als je daarover iets wilt delen! Dat kan op [Facebook](#), of stuur een e-mail naar info@karineharkemalichtwerk.nl, als je verhaal wat langer of persoonlijker is.

Hoewel ik zelf prima met 'vorige levens' uit de voeten kan, maakt het eigenlijk niet uit of vorig levens wel of niet bestaan.

Het maakt niet uit of de informatie die je bij je draagt, geërfd, geleend, gedeeld, zelfbedacht, opgevangen, gedroomd, of gefantaseerd is. De informatie zit in je systeem en bepaalt mede hoe je je voelt en hoe je je leven ervaart. Dit kan je aanzetten tot actie in het belang van jouw healing en groei en die van het collectief.

Mens zijn, je ontwikkelen, zit in de interactie met elkaar. Mensen kwetsen elkaar en sluiten weer vrede. De Eenheid raakt in de vergetelheid en wordt weer geheeld.

Ik vind het een mooie gedachte dat we steeds opnieuw de kans krijgen om het anders te doen. Met elk nieuw leven krijg je de mogelijkheid een ander aspect van je mens-zijn te ervaren en als ziel te groeien. Steeds een nieuw perspectief te ontwikkelen, tot je alle mogelijke invalshoeken van alle mogelijke situaties hebt gezien en ervaren.

Vorige levens in beschouwing (laten) nemen, is een manier om verbinding te maken met een stuk van jezelf dat je verdere ontwikkeling ondersteunt en je levenskwaliteit verhoogt. Heelwording bestaat uit licht schijnen op wat onbekend is of duister lijkt. Daardoor raak je uit conflict met jezelf, ofwel, je krijgt er energie voor terug.

Het belangrijkste is dat er in een sessie die informatie naar boven komt die jou in het hier en nu verder helpt. Informatie die jou helpt doorvoelen wat belangrijk is voor jou, om te weten, te transformeren of los te laten.

Je mind ontspant door de verklaring, en er kan fysieke ontspanning optreden doordat je verborgen verleden vrij wordt.

De vraag 'wie of wat was jij in je vorige leven' is niet belangrijk. Wel de vraag 'wie of wat wil je in dit leven zijn? Hoe kun jij bloeien?'

En waarom zou je je nieuwe of 'volgende' leven niet nu al beginnen...Geef je ziel een voorsprong: boek een afspraak voor een healing en laat los die oude ballast!

Travel light!

Meer weten over reïncarnatie?

Bekende onderzoekers

[Ian Stevenson](#)

[Jim Tucker](#)

[Brian Weiss](#)

[Carol Bowman](#)

[Michael Newton](#)

Boeken

Leven op Herhaling – Michiel Hegener

Op zoek naar vorige levens – Han Pelser

Hé waar ken ik je van – Marianne Notschaele-Den Boer

Waarom ben ik in vredesnaam op aarde? – Mireille Mettes

Old Souls – Tom Shroder

European cases of the reincarnation type – Ian Stevenson

Where reincarnation and biology intersect – Ian Stevenson

Children's past lives – Carol Bowman

Return from heaven – Carol Bowman

Life on Earth – Mike Dooley

The Synchronicity Key – David Wilcock

Links

Op een speelse manier vorige levens uitleven? Schaf een historisch correct kostuum aan en check je agenda voor een van de vele (internationale) re-enactment festivals. Bij het Landelijk Platform Levende Geschiedenis zijn 47 van de ca. 120 Nederlandse re-enactmentverenigingen aangesloten: <http://www.lplg.nl/>

<http://realreincarnationstories.com>

http://uvamagazine.org/articles/the_science_of_reincarnation

<https://exemplore.com/paranormal/Jenny-CockellThe-True-story-of-a-Woman-Who-has-Lived-Before-Mother-of-yesterdays-Children>

<https://exemplore.com/paranormal/10-books-about-Reincarnation>

<http://txtxs.nl/artikel.asp?artid=416>

<https://www.nieuwetijdskind.com/kinderen-herinneringen-vorig-leven/>

<http://txtxs.nl/artikel.asp?artid=296>

<http://www.wanttoknow.nl/geschiedenis/reincarnatie/jongetje-3-hier-ligt-mn-vorige-lichaam-begraven/>

<http://www.droomnet.nl/boeken/nachtmerries-van-kleine-kinderen-een-bewijs-van-reincarnatie>

<https://nl.sott.net/article/3251-Kippenvel-5-kinderen-die-vertellen-over-hun-vorige-leven>

<http://theoptimist.nl/het-leven-voor-het-leven/>

<http://wetenschap.infonu.nl/onderzoek/36579-de-hersengolven-alfa-beta-gamma-delta-theta-en-smr.html>

<https://www.margrietbleeker.nl/29-neurofeedback/34-hersengolven>

<http://www.jessicadejong.nl/artikelen/mens/159-deja-vu-vorig-leven-of-denkfout-met-pdf>

<https://newscientist.nl/nieuws/deja-vu-eindelijk-wetenschappelijk-verklaard/>

Met Karine je vorige levens onder de loep nemen?

Ben je na het lezen van dit boek benieuwd hoe het met jouw vorige levens of andersoortige historische ballast zit?

Je kunt me altijd bellen of mailen om een afspraak te maken.

Karine Harkema Lichtwerk
Maastrichtseweg 87
5215 AE Den Bosch
info@karineharkemalichtwerk.nl
06 41393459

Behandelingen vinden plaats in mijn praktijk in Den Bosch, of via Skype.

Over mij

Ik ben Karine Harkema (1974).
Ik ben lichtwerker, healer, reader en auteur.

Sinds 2013 help ik mensen hun levenskwaliteit te verhogen, door bevrijdende healings te faciliteren, en door het delen van kennis en technieken.

Dit doe ik onder meer via gratis e-books. Eerder verschenen deze:

15 tips voor meer innerlijke vrede



How to Ho'oponopono



Op www.karineharkemalichtwerk.nl vind je informatie over mijn behandelmethoden en publiceer ik mijn blog.

Je vindt Karine Harkema Lichtwerk ook op [Facebook](https://www.facebook.com/karineharkemalichtwerk).

Graag tot ziens!