

WELCOME BACK

CIP-GEGEVENS KONINKLIJKE BIBLIOTHEEK, DEN HAAG

Van der Klooster, Monique
Welcome back

Uitgeverij U2pi. Den Haag (www.uitgeveriju2pi.nl)
ISBN-13: 978-90-8759-880-8
NUR: 720 (esoterie algemeen)

© 2019 berust bij Monique van der Klooster

Eerste druk: augustus 2019

Omslagomwerp en fotografie: Karin Hommel, Spark Photo
Redactie: Marianne Canters (www.tekstgericht.nl)

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. De uitgever stelt zich echter niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden.

WELCOME BACK

MONIQUE VAN DER KLOOSTER

VOORWOORD

Tim heeft een burn-out en komt de praktijk binnen voor de intake: "Ik ben mezelf kwijt. Ik weet niet meer wie ik ben en wat ik wil." Tim is vader van een vier jaar oud dochtertje en is zelf 35 jaar oud. Hij had al eerder een burn-out, vertelt hij later, maar is er nu weer in beland. De eerste burn-out speelde in zijn puberteit, toen hij nog op school zat. Hij was een jongen die zich nooit veilig voelde, maar altijd bedreigd, en dat hij nooit voor zichzelf op durfde te komen.

Na de intake komt hij een week later terug voor de eerste sessie. Ik vraag of hij kan aanwijzen waar in zijn lijf het gevoel van zichzelf kwijt zijn zit. Hij wijst op zijn borstkas en precies aan de achterkant, op zijn rug, wijst hij ook een plek aan. "Hier en hier," zegt hij. Hij vertelt dat hij daar zelfs letterlijk steken kan voelen.

Ik vraag hem om de pijn en het idee zichzelf kwijt te zijn mee te nemen: "Sluit je ogen, voel de pijn en herhaal de zin: Ik ben mezelf kwijt, ik ben mezelf kwijt." Tim doet wat ik zeg. Ondanks dat zijn ogen gesloten zijn, wordt zijn uitstraling steeds treuriger.

"Ik tel van 9 naar 0, en als ik bij 0 ben, mag je zeggen wat je ervaart."

Ik begin te tellen en aangekomen bij 0 vraag ik hem waar hij is.

"Ik ben buiten, in het donker."

"Je bent buiten in het donker. Ben je alleen, met tweeën of met nog meer?"

"Ik ben alleen."

"Je bent alleen, buiten in het donker. Wat voor kleding draag je?"

"Ik draag een broek, een jas en laarzen."

"Je draagt een broek, jas en laarzen. Ben je een man of een vrouw?"

"Ik ben een man."

"Een man. Welke leeftijd heb je?"

"Ik ben ongeveer 40 jaar oud."

Tim is 35 en geen 40.

"Je bent een man van ongeveer 40, alleen in het donker met een jas, broek en laarzen aan.

En ben je jezelf kwijt?"

"Ja."

"Wat wil je doen? Of wat ga je doen?"

“Dat weet ik dus niet.”

“Is het beet, koud of warm daar waar je bent?”

“Het is kil en het wordt langzaam licht.”

“Het wordt lichter. Wat zie je nu het lichter wordt?”

Er rolt een traan over Tims wang.

“Ik loop over een groot veld en voel me bedreigd. Ik ga rennen.”

“Je voelt je bedreigd en gaat rennen. Waar ren je naartoe?”

“Weet ik niet. Weg van ...” Stilte

“Waar ben je nu?”

“Ik sta op een berg naast een kuil. Een kuil vol lijken. Ik lig daarbij. Ik zoek mij want ik weet dat ik daar lig. Ik wil van alles doen maar dat gaat niet want ik heb geen lichaam meer.”

“Je staat bij de kuil. Durf je jezelf te zoeken?”

“Ja, dat durf ik. Ik ga naar beneden en zie me liggen. In een vreemde houding met bloed op mijn borstkas.

“Je bent in de kuil bij jou. Weet je hoe je lichaam daar terecht is gekomen?” Stilte.

“Ik ben beschoten toen ik over het veld rende. Dat is de stekende pijn die ik voel. Ineens werd het zwart en was ik mij kwijt.”

“Wat wil je met je dode lichaam doen, nu je daarbij staat?”

“Ik neem het mee naar boven, de kuil uit.”

In die sessie nemen we afscheid van het lichaam door het op een mooie plek te begraven.

Tim is 35 als hij bij mij is. Maar bij is 40 als hij onder hypnose is. Hij vertelt dingen die niet in onze tijd zijn gebeurd.

En Tim is niet de enige.

Al sinds ik mijn praktijk heb en cliënten begeleid bij hun vraagstukken, zet ik hypnotherapie in. Tijdens deze hypnotherapiesessies komt het meer dan regelmatig voor dat er situaties worden beschreven die zich niet in deze tijd kunnen afspelen en blijken de cliënten echt andere personen te zijn, dan op het moment dat ze bij mij in de stoel in hypnose gaan.

Voor mijzelf is het ervaren van die sessies meer dan voldoende bewijs dat onze ziel al langer en vaker op aarde is geweest. In andere levens: eerdere levens. Het

geeft me ook bewijs dat de ervaringen en trauma's die in die eerdere levens zijn opgelopen, ook nu nog een rol kunnen spelen in ons emotionele leven. Iemand die in dit leven nooit iets ernstigs heeft meegemaakt, kan wel last krijgen van iets wat ooit in een eerder leven heeft gespeeld.

Bewezen is het niet. Er is (nog) geen tijdmachine ontwikkeld, waarmee we daadwerkelijk terug de tijd in kunnen gaan om te ontdekken of dat wat tijdens sessies gezegd wordt, wel klopt. Maar het feit dat de verhalen die tijdens de sessie naar boven komen, zo levensecht zijn dat de cliënt ze kan voelen, erdoor geëmotioneerd kan raken, en er problemen mee kan oplossen, is voor mij al genoeg bewijs dat het bestaat.

Een cliënt hoeft overigens niet te geloven in reïncarnatie om er tijdens een hypnosessie in terecht te komen. Dat gebeurt vanzelf. Net zoals bij Tim gebeurde. En misschien net zoals bij jou.

Welcome back.

WELKOM BIJ DE SCHOLING REGRESSIE- EN REÏNCARNATIETHERAPIE

In de therapie is het de bedoeling om duidelijk te krijgen wat er bij een cliënt voor zorgt dat hij¹ zijn leven niet kan leven zoals hij graag zou willen. Regressie- en reïncarnatietherapie laat zien hoe energieën bij je cliënt vanbinnen en vanbuiten samenwerken, als parallelle werelden. De cliënt krijgt daardoor inzichten die tot bewustwording leiden, die rust en helderheid geven en hem weer krachtig maken in zijn zijn.

Dat klinkt nu misschien nog wat spannend, maar na de cursus is je helemaal duidelijk wat ik hiermee bedoel.

Ik wens je heel veel succes en vooral ook heel veel plezier. Het is heerlijk als je op deze manier mensen verder kunt helpen. Het feit dat jij straks ook deze vorm van therapie kunt inzetten, hoort helemaal bij mijn missie: namelijk mensen het leven laten leven zoals dat voor hen bedoeld is. Heel en volledig in harmonie met zichzelf.

Liefs, Monique

¹ Overall waar ik naar 'hij' verwijs, als het gaat over de cliënt, kun je ook 'zij' lezen.

INHOUD

Voorwoord	5
Inleiding	15
H1 - Jung, synchroniciteit en symboliek	19
Carl Gustaaf Jung en het verschijnsel van de synchroniciteit	19
Bewustwording door symbolen	21
Ons ontstaan, de mannelijke en vrouwelijke energie en ons overlevingsmechanisme	23
De regie over het leven in eigen handen nemen	24
Welke energie speelt een rol?	24
Symboliek	25
Veel voorkomende symbolen en hun betekenis	26
H 2 - De cliënt: wat je moet weten over mensen	33
Met welk type mens heb jij te maken?	34
Het voorkeursysteem van je cliënt: Vakog	34
Non-verbale communicatie	37
MES	38
Het KKK, oftewel de Ymagdala	39
Thema's waar je cliënt last van kan hebben	44
Overlevingstechnieken (afweermechanismen) van het innerlijk kind	44
Postulaten	45
Transgenerationeel vastzittende thema's	46
Obsessoren	46
Aanhechtingen	46
Deelpersoonlijkheden	47
Trauma's (gebleken triggers)	47
Onverwerkt overlijden in eerder leven (geeft angst in huidig leven)	49
Hoe zit het met de ik-sterkte?	49
Wat als je cliënt sceptisch is?	50
Wat als je cliënt zijn eigen beelden moeilijk kan geloven?	51
H3 - De intake en jouw houding als therapeut	53
De intake	53
Aan de telefoon	53

Jouw praktijkruimte	54
Medicijngebruik	56
De eerste zin	56
Vertrouwen	57
Heb een open vizier, wees zonder oordeel	58
Onderzoek de symbolen/symboliek	59
Ga nooit met jouw eigen verhaal mee in het verhaal van je cliënt	60
Jouw intuïtie spreekt tot je, ten goede van de cliënt	61
De intake in de praktijk	61
Het thema helder stellen – Wat dan als?	62
De Wortelvraagstelling	65
Wat doe je als ...	68
... je therapie toch niet blijkt te passen bij de cliënt?	68
... een cliënt verliefd wordt?	69
... een cliënt komt omdat die wil weten wie en wat die in een vorig leven geweest is?	69
... een cliënt agressief wordt?	69
H 4 - Hypnose, wat is het en hoe werkt het?	71
Wat is hypnose?	71
Wat gebeurt er bij een gehypnotiseerde?	71
Wat gebeurt er bij showhypnose?	72
Wat gebeurt er bij therapeutische hypnose?	75
Hoe kan dat?	77
H 5 - De hypnosessie en de geleidemethoden	81
Inleidend aan de allereerste hypnosessie	81
Hoe breng je je cliënt in trance?	82
Geassocieerd of gedissocieerd	83
De geleidemethoden	86
Geleidemethode 1: De theatermanier	87
Geleidemethode 2: De wandeling door de gang met de deuren	89
Geleidemethode 3: Het kampvuur	92
Geleidemethode 4: De natuur en het weerbericht	93
Geleidemethode 5: Varend in een boot(je)	93
Het voorkeursstelsel van je cliënt gebruiken en het MES	94
In trance (onder hypnose)	96
Afronden van de hypnosessie	100
Catharsis	101

Verankeren	101
Uitleg achteraf	102
Je cliënt helpen vertrouwen op wat hij ziet	103
H 6 - Reïncarnatie en regressie	105
Waar komt een blokkade, een probleem of een klacht vandaan?	107
De blauwdruk van de ziel	107
Uit de lucht plukken	109
Wat als de cliënt in een vorig leven terechtkomt?	110
Alle kanten van het verhaal	110
Zoeken naar de trigger in dit leven	111
Praktijkcases	115
Ella: zat vast in haar leven	115
Piet: durfde niet genoeg	118
Marijke: voelde zich eenzaam, niet gezien en niet gehoord (MES)	121
Petra en Sandra: voelden zich alleen	126
Barthie en Chandini: perfectionisme en de ouders niet kunnen loslaten	129
Susanne (dochter van Hanneke) en het KKK	132
Marie: watervrees	136
Sofie: eczeem en bang wat anderen vinden van haar	137
Bep: altijd honger	138
Jaap: geen lol in het leven	138
Naomi: wilde almaar voor de trein springen	139
Sandra: bang van mannen	140
Mark: was altijd bang dat hij tot last was	141
H 7 - Extra tools	143
De Tijdlijn	143
Een eigen Bardo op aarde	144
Voice Dialogue	146
Mandy en de Oude Wijze	151
Nadi	154
Change History	155
Het in slaap brengen van de KKK	156
De Obsessoresessie	157
Aanvullende literatuurlijst	161
Nawoord	163

INLEIDING

Dit boek is geschreven ter ondersteuning van de jaarscholing Regressie- en Reïncarnatie-therapie. Deze scholing beslaat 36 avonden. Je kunt dit boek ook zonder scholing gebruiken en de methodes inzetten in je praktijk.

Je leert onder andere hoe je hypnose in kunt zetten om je cliënt te begeleiden naar de oplossing van zijn probleem en hoe je 'dubbel' kunt kijken en luisteren. Het is van belang dat je namelijk niet alleen kijkt en luistert naar de cliënt die tegenover je zit, maar dat je leert kijken en luisteren naar alles wat een aanwijzing kan zijn om te duiden wat er bij de cliënt aan de orde is.

Dit boek en de scholing zijn gestoeld op het Jungiaanse gedachtegoed, ontstaan vanuit de visie van Carl Gustav Jung. Jung had een bepaalde visie op het leven en op onze wereld. Om je in te leiden in zijn visie en hiervan zelf ook vruchten te kunnen plukken, geef ik hier in het eerste hoofdstuk aandacht aan. Het gaat in dit hoofdstuk over het verschijnsel van de synchroniciteit en de betekenis van symboliek. Je leert kijken naar wat er om je heen gebeurt en wat er om de cliënt heen gebeurt. Je leert luisteren naar wat de cliënt zegt en naar de diepere laag in wát hij zegt. Je leert al deze symboliek herkennen, interpreteren en gebruiken, zodat je de cliënt kunt begeleiden naar dat ene wat hij diep van binnen zo graag wenst: vrij zijn om zijn leven te kunnen leven. Dat is wat ik bedoel met dubbel kijken en luisteren.

In het hoofdstuk daarna leg ik je uit hoe je kunt ontdekken met welk type cliënt je te maken hebt, en wat je allemaal kunt tegenkomen aan blokkades en trauma's. Het hoofdstuk dat hierop volgt gaat over jou, en jouw rol en verantwoordelijkheid als coach en therapeut. Ik geef je de eigenschappen en tools die essentieel zijn om als coach of therapeut je cliënt op een fijne wijze te kunnen ontvangen en begeleiden. Ook geef ik hier uitgebreid weer hoe je de intake zo kunt inzetten dat je cliënt krachtiger naar huis gaat dan hij binnenkwam bij jou.

In de hoofdstukken daarna leg ik je uit wat hypnose is en hoe het werkt in de praktijk. Hoe breng je iemand in trance, hoe herken je of die in trance is, hoe

begeleid je hem gedurende de sessie en hoe haal je hem weer naar het hier en nu?

Dan zijn we inmiddels bij het zesde hoofdstuk aangekomen, waarin we dieper ingaan op reïncarnatie en regressie. In dit hoofdstuk geef ik je veel voorbeelden uit de praktijk, waardoor alle theorie op zijn plek valt en nog duidelijker wordt. In het laatste hoofdstuk bespreken we extra tools die je in kunt zetten, bij specifieke problematiek of wanneer je op een bepaald moment niet verder komt op de weg die je met je cliënt bent ingeslagen.

Je zult gedurende de scholing ontdekken dat alles met elkaar verbonden is én dat er een hele grote rol is weggelegd voor je eigen intuïtie als coach en therapeut. Ieder mens is anders, niemand heeft hetzelfde verhaal. Dat betekent ook dat er niet één unieke methode is om je cliënt naar de oplossing te begeleiden, maar dat iedere methode op zich uniek is.

Net als bij alles geldt hier ook: hoe vaker je het doet, hoe makkelijker het gaat en hoe beter je je intuïtie leert kennen.

Om als hypnotherapeut erkend te worden en jouw begeleiding voor cliënten declarabel te laten zijn, moet je de vierjarige hbo-opleiding tot hypnotherapeut met succes hebben doorge*lopen. De scholing die ik heb ontwikkeld en die jij nu volgt, is ontstaan vanuit mijn opleiding tot hypnotherapeut aangevuld met meer dan 20 jaar ervaring.

Ik ben van mening dat elke coach of therapeut toegang moet krijgen tot deze materie, omdat deze werkelijk bijdraagt aan de groeiprocessen van cliënten en daarmee de weg naar hun oplossing versnelt. De kennis die ik je nu in dit boek en in de bijbehorende scholing geef, zorgt ervoor dat je weet wat er allemaal mogelijk is. Ik leer je hoe jij de mogelijkheden veilig in kunt zetten. Je gaat het nu eenmaal vaker tegenkomen, want dit is wat speelt in de praktijk van het leven. Gebruik de kennis wijs en met respect, dan zal die jou en je cliënten zeker gaan helpen.

Tijdens de scholing ga je met medecursisten oefenen. Dat betekent dat je ook aan de slag gaat met issues die wellicht in jouw leven spelen. Je kunt die zeker ook ongewild tegenkomen. Hiervoor openstaan en dat laten gebeuren is on-

derdeel van de opleiding en het vak. Iedereen is mens en jij ook. We lopen allemaal in ons leven tegen zaken aan waar we iets mee moeten. Dat is nodig om te komen waar we allemaal uiteindelijk willen zijn. Natuurlijk kan dat lastig zijn. Als ook voor jou duidelijk is wat er misschien speelt, is dat juist positief. Het helpt jou als mens en therapeut alleen maar groeien en op zo'n manier dat jij jouw cliënten nog beter kunt begeleiden dan je al deed.

In verschillende hoofdstukken van het boek staan praktijkcases en- voorbeelden om de theorie te verduidelijken. Deze zijn opgenomen met toestemming van de betreffende cliënten en op verzoek zijn de namen verzonden. Het boek omvat niet alles wat je tegen kunt komen: zoals ik zei, is ieder mens uniek en het kan zijn dat er tijdens de scholing of in jouw praktijk nieuwe thema's naar boven komen.

Wat binnen de scholing in de praktijklessen gebeurt, blijft bij de deelnemers. Wanneer van toepassing zouden cases mogelijk voor een nieuwe druk kunnen worden gebruikt. Maar nooit zonder toestemming.

Alle literatuur waar in dit boek naar wordt verwezen, heb ik opgenomen in de aanvullende literatuurlijst achterin dit boek.

Ik wens je heel veel succes en veel plezier met de scholing!

Monique

JUNG, SYNCHRONICITEIT EN SYMBOLIEK

Omdat de opleiding regressie en reïncarnatietherapie die ik in mijn praktijk geef, gestoeld is op het Jungiaanse gedachtegoed, geef ik je hier als eerste meer uitleg over. Want in ons leven en in onze wereld gebeurt er veel meer dan we in eerste instantie zien. Onze wereld en ook wijzelf bestaan uit verschillende lagen, die allemaal van betekenis zijn. Ik sprak in het voorwoord over parallelle werelden. Hier word je duidelijk wat ik daarmee bedoel. Vooropgesteld: je hoeft hiervoor geen paragnost te zijn of andere bovennatuurlijke talenten te hebben. Dit kan iedereen. Je moet er alleen voor open gaan staan en deze nieuwe manier van kijken willen omarmen.

Tijdens het schrijven van dit boek herinnerde ik me ineens een van mijn oud leraren, die mij elke keer weer tijdens de lessen enorm inspireerde. Ik kon me zijn naam maar niet herinneren. Toch popte hij steeds in mijn hoofd op: telkens zag ik hem ineens, uit het niets, voor me.

Op een open avond van een van de opleidingen waar ik als docent lesgeef, raak ik met iemand aan de praat die ineens de naam noemt van ... de leraar waar ik steeds aan denken moest. Xavier van den Camp. Ik zoek hem via het internet op en stuur hem een e-mail. Ik wil nu heel zeker weten dat hij het is. Ik vraag hem of hij mijn leraar was. Hij mailt meteen terug: ja, dat was hij. Toeval? Geluk? Je vraagt iets aan de kosmos en het komt vanzelf naar je toe. Het is het verschijnsel van de synchroniciteit dat hier meewerkt als een soort gids. Ook Xavier schreef een boek over reïncarnatietherapie. Het is opgenomen in de boekenlijst, achterin dit boek.

CARL GUSTAAF JUNG EN HET VERSCHIJNSEL VAN DE SYNCHRONICITEIT

Carl Gustaaf Jung (1875-1962) was een Zwitsers analytisch psycholoog en psychiater. Hij schreef veel boeken naar aanleiding van diepgaande studies die op een waardevolle manier bij hebben gedragen aan de psychoanalyse. Hij intro-

duceerde naar aanleiding hiervan nieuwe inzichten en begrippen. Onder andere introduceerde hij het begrip synchroniciteit, dat ik altijd benoem als *het verschijnsel van de synchroniciteit*.

Jung maakte rond 1920 kennis met de I Ching² en raakte geïntrigeerd door de te grote toevalligheden die dat orakel steeds liet zien. Het leek erop dat alles wat het orakel aangaf, ook daadwerkelijk te maken had met dat wat op dat moment in het leven speelde. Jung bracht uren met het orakel door omdat hij de raadselen van de I Ching wilde ontrafelen. Om het orakel te testen, maakte hij er een vraag- en antwoordspel van: de antwoorden liepen steeds samen met zijn gedachten. Te toevallig om toeval te zijn. Er bleek steeds een zinvolle samenhang te zijn met psychische maar ook fysieke gebeurtenissen, die hij in de loop der tijd ook buiten het orakel om ging herkennen. Hij noemde dit verschijnsel 'synchroniciteit'. Het verschijnsel van de synchroniciteit kun je zien als *een betekenisvolle samenloop van omstandigheden, die te toevallig zijn om toeval te zijn en geen oorspronkelijk verband hebben met de eigenlijke gebeurtenissen die tegelijk plaatsvinden*. Toch roepen ze een speciaal gevoel op en zijn ze herkenbaar voor diegenen die het ervaren in hun leven. Het lijkt op een samenwerking tussen het psychische en het fysieke gebeuren om ons heen.

Ik geef je nog wat andere begrippen die hiermee samenhangen en die ook door Jung zijn geïntroduceerd. Deze zijn allemaal verbonden aan ons menszijn en voor jou van toepassing om toch iets van te weten, omdat je hier ook heel veel uit kunt halen voor je cliënten straks.

Zo introduceerde Jung het 'collectief onbewuste' en de 'archetypen'. Het collectief onbewuste wordt ook wel metabewustzijn genoemd. Dit is een bepaalde energie waarmee wij mensen onbewust zijn verbonden. Een soort innerlijk universeel diep weten. Het gaat om universele kennis waar we contact mee hebben. De archetypen staan hier ook mee in verband. Dit zijn oeroude ervaringen opgedaan door de collectieve mens. Ze zijn overerft en als een vastliggende structuur in het collectieve bewustzijn aanwezig. Een heel eenvoudig Nederlands voorbeeld is het archetype Sinterklaas. We krijgen er allemaal ongeveer hetzelfde gevoel bij als we denken aan de man en het sinterklaasfeest.

² I Ching is een orakel of wijsheidsboek uit de 18^e eeuw, ook wel 'Het boek der veranderingen' genoemd. Samen met 64 hexagrammen op 3 munten zou het antwoorden geven op vragen en kwesties waar je mee rondloopt en ook alleen jij zult de antwoorden begrijpen.