



# AI OVER VORIGE LEVENS

*Marianne Notschaele-den Boer*

# AI OVER VORIGE LEVENS

*Marianne Notschaele-den Boer*



Uitgeverij RHA Publishing – Zundert

Niets uit deze uitgave mag door middel van elektronische of andere middelen, met inbegrip van automatische informatiesystemen, worden gereproduceerd en/of openbaar gemaakt worden zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit e-book in pdf mag je doormailen aan anderen, maar het is niet geoorloofd wijzigingen aan te brengen in bestaande teksten en/of lay-out, of verhalen te kopiëren voor ander gebruik.

Het copyright van **AI OVER VORIGE LEVENS** berust bij Uitgeverij RHA Publishing. De teksten die tussen “...” staan, zijn afkomstig van antwoorden op vragen, gesteld aan AI Co Pilot Bing.

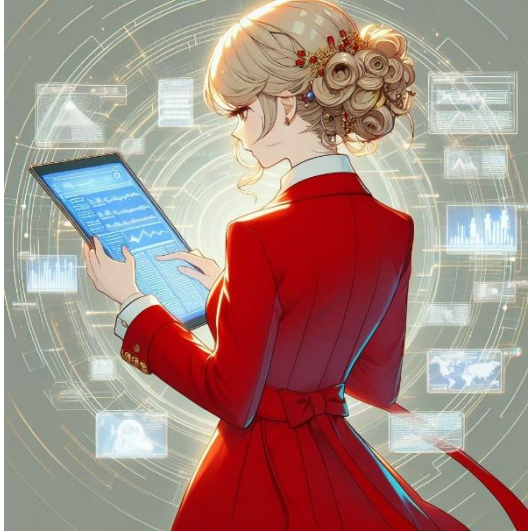
© Inhoud/tekst - Marianne Notschaele-den Boer, juli 2024

© Gratis e-book, Uitgeverij RHA Publishing te Zundert

© Foto's uit privébezit en gegenereerd door AI Paint en Co Pilot Bing

© Cover: BING, AI

NUR 720 Esoterie algemeen



## INLEIDING

*AI* is de afkorting voor *Artificial Intelligence* oftewel kunstmatige intelligentie. Niet mijn werkterrein, maar af en toe zoek ik wel eens wat op of ik maak een afbeelding. Gewoon informatief of voor de grap. De ene keer denk ik 'nou, dat kan echt 100x beter', de andere keer ben ik oprecht verrast als ik de uitkomst zie. De taal die *Co Pilot* van *AI Bing* gebruikt is over het algemeen eenvoudig en duidelijk.

Een keer gaf ik de opdracht aan *AI* om een verhaal te verzinnen over twee poezen die hun overleden katerbroertje misten. Mijn instructie bestond uit niet meer dan twee zinnen. Binnen een minuut koppelde *AI* terug.

Op mijn computerscherm stond een compleet verhaal! Simpel, maar goed. Zelfs met een vorm van emotie erin, wat me echt verbaasde. AI maakte een logisch verhaal met een begin, een midden en een eind. Sommige schrijvers lukt dat niet eens.

Ik begrijp de angst voor de snelle ontwikkeling van AI wat betreft door AI geproduceerde teksten en afbeeldingen. Gaat AI in de nabije toekomst creatieve mensen vervangen? Zijn illustratoren en schrijvers niet meer nodig? Vinden we een tussenweg en omarmen we de mogelijkheden die AI biedt? Voorlopig nog, denk ik, is menselijke controle van teksten en afbeeldingen nodig. Lang niet alles wat AI 'op internet vindt en aan elkaar plakt' is correct. Toch vind ik AI een handig (hulp)middel voor mensen die zich willen laten inspireren.

Zo vroeg ik AI: Wat heb je aan werken met vorige levens? Wat is het verschil tussen regressietherapie en reïncarnatietherapie? Kun je een voorbeeld geven van iemand die zich vorige levens herinnert. Kun je een verhaal maken over iemand die met probleem X naar therapeut Y gaat voor een oplossing. De antwoorden die ik kreeg waren eenvoudig en voor 98 % helder en juist.

Zelf beschrijf ik praktijkverhalen over cliënten en hun vorige levens gedetailleerder en op een andere manier, maar de antwoorden op mijn vragen aan AI vond ik bijzonder geschikt voor jongeren en volwassenen die niet zo vaak lezen, of die van simpele, duidelijke korte verhalen houden.

Wil je na **AI OVER VORIGE LEVENS** meer praktijkverhalen lezen die gaan over hoe mensen problemen oplossen door een kijkje te nemen in hun voorbije levens, download dan gratis één van de vele e-books die ik schreef via [deze webpagina](#).

Wanneer je lezen lastig vindt of als je het gevoel hebt dat je je soms door boeken heen moet worstelen, dan past dit e-book zeker bij jou. *AI Bing CoPilot* geeft heldere voorbeelden over (werken met) vorige levens. De korte verhalen lezen gemakkelijk weg. Teksten die tussen haakjes staan (“.....”) zijn dus niet door mij geschreven, maar door *AI Bing CoPilot* naar aanleiding van zogenaamde *prompts*, instructies die ik gaf om een bepaald verhaal samen te stellen. Alle afbeeldingen bij de verhalen zijn ook gemaakt met behulp van AI.

Veel leesplezier!

Groetjes,  
Marianne Notschaele-den Boer  
[www.vorigelevens.nl](http://www.vorigelevens.nl)

# INHOUD

## Inleiding

1. Niet bij elkaar passende sokken
2. De Marokkaanse tajine
3. De Franse bakkerij
4. Verlost van angst en eenzaamheid
5. Van stotteren afkomen
6. Huidklachten, oude wonden
7. Gevoelens van onrust en leegte
8. Angst voor de zee
9. Plassen en emoties
10. Enge dromen
11. Vastzitten en weer verder gaan

Al over vorige levens

Al over het verschil tussen regressie- en reïncarnatie-therapie

Al over manieren om vorige levens te ontdekken

Al over het nut van vorige levens herinneren

Al over de samensteller van dit e-book

Waar vind je therapeuten die werken met vorige levens?



## **1. NIET BIJ ELKAAR PASSENDE SOKKEN**

“In een klein dorpje genaamd Warrigheim woonde een man genaamd Hendrik de Vergeetachtige. Hendrik was niet zomaar vergeetachtig; hij vergat niet alleen waar hij zijn sleutels had gelaten, maar ook wie hij was en waarom hij hier was.

Op een dag, terwijl hij zijn sokken probeerde aan te trekken, kreeg Hendrik een vreemde flits. Hij zag zichzelf als een oude Egyptische farao, zittend op een troon van gouden kattenbeeldjes. Zijn onderdanen brachten hem druiven en waaierden hem koelte toe met palmbladeren. Hendrik schrok op uit zijn dagdroom en keek naar zijn sokken. ‘Wat een rare sokken’, mompelde hij.



De volgende dag herinnerde Hendrik zich een ander leven. Hij was een middeleeuwse troubadour, zingend voor een publiek van hongerige ridders en jonkvrouwen. Hij tokkelde op zijn luit en zong over draken en eenhoorns. 'Misschien moet ik mijn gitaar weer eens afstoffen,' dacht hij. De dagen gingen voorbij en Hendrik herinnerde zich steeds meer vorige levens. Hij was een Viking, een Romeinse gladiator, een Chinese thee-meester, en zelfs een buitenaardse wezen met drie ogen. 'Ik heb een kleurrijk verleden,' zei hij tegen zijn kat, die hem alleen maar aankeek en miauwde.

Op een dag, terwijl hij in de supermarkt stond, kreeg Hendrik een visioen van zichzelf als een beroemde schilder uit de Renaissance. Hij schilderde meesterwerken en werd bewonderd door koningen en koninginnen. 'Misschien moet ik eens een schilderij maken,' mompelde hij terwijl hij een blikje bonen uit het schap pakte.

En zo ging het door. Hendrik de Vergeetachtige leefde in vele tijden en plaatsen, zonder ooit te weten wie hij echt was. Maar hij was gelukkig. Want als je je vorige levens kunt herinneren, kun je misschien ook je toekomstige levens voorstellen. En Hendrik dacht dat hij in elk leven iets bijzonders zou zijn.

En dus leefde hij verder, met een glimlach op zijn gezicht en sokken die niet bij elkaar pasten. Want wie heeft er tijd om sokken te sorteren als je een eeuwigheid aan herinneringen hebt om van te genieten?"



## 2. DE MAROKKAANSE TAJINE

“Els was altijd al een fijnproever geweest. Ze hield van allerlei soorten gerechten, van sushi tot pizza, van curry tot salade. Maar ze had ook een vreemd probleem: soms, als ze iets at, kreeg ze flitsen van herinneringen die niet van haar waren. Ze zag zichzelf in andere tijden, plaatsen en lichamen, genietend van dezelfde maaltijd. In het begin was ze doodsbang. Ze dacht dat ze gek werd, of dat ze bezeten was door een geest. Ze durfde niemand te vertellen wat ze meemaakte, en ze probeerde zo weinig mogelijk te eten. Maar dat maakte haar alleen maar ongelukkig en hongerig.

Op een dag besloot ze om haar angst te overwinnen. Ze ging naar een restaurant waar ze nog nooit was geweest, en bestelde een gerecht dat ze nog nooit had geproefd: een Marokkaanse tajine met lamsvlees, pruimen en amandelen.

Ze nam een hap, en wachtte op de onvermijdelijke flashback. Ze zag zichzelf als een jonge man in een kleurrijke bazaar, lachend met zijn vrienden terwijl ze een tajine deelden. Ze rook de kruiden, hoorde de muziek, voelde de warmte. Ze was verrast door hoe levendig en vrolijk de scène was. Ze voelde geen angst, maar nieuwsgierigheid.

Ze nam nog een hap, en zag zichzelf als een oude vrouw in een gezellige keuken, trots op haar zelfgemaakte tajine die ze aan haar kleinkinderen serveerde. Ze zag de liefde in hun ogen, hoorde de complimenten, voelde de tevredenheid. Ze voelde geen schaamte, maar trots.

Ze nam nog een hap, en zag zichzelf als een klein meisje in een arm dorp, blij met de zeldzame traktatie van een tajine die haar moeder had bereid. Ze proefde de zoetheid, hoorde het gebed, voelde de dankbaarheid. Ze voelde geen spijt, maar geluk.

Ze realiseerde zich dat haar vorige levens niet iets waren om bang voor te zijn, maar om te koesteren. Ze waren een bron van wijsheid, inspiratie en plezier. Ze waren een deel van wie ze was, en wie ze kon zijn. Ze at haar bord leeg, en glimlachte. Ze vroeg de ober om de rekening en om een menukaart. Ze wilde meer proberen, meer zien, meer voelen. Ze wilde meer leven.”



### 3. DE FRANSE BAKKERIJ

“Els was altijd al een lekkerbek geweest. Op een dag, toen ze een hap nam van een stukje chocoladetaart, gebeurde er iets vreemds. Ze kreeg een flits van een herinnering die niet van haar was. Ze zag zichzelf als een jonge man in een bakkerij, die dezelfde taart aan het maken was. Ze rook de geur van de chocolade, voelde de hitte van de oven, en hoorde de stem van een vrouw die hem liefkozend 'mijn zoete' noemde.

Els schrok zo erg dat ze zich verslikte. Ze liet haar vork vallen en greep naar haar keel. Haar vriendin, die naast haar zat, sloeg haar op de rug en vroeg bezorgd wat er aan de hand was. Els kon geen woord uitbrengen. Ze was

in de war en bang. Wat was dat voor een herinnering? Had ze een vorig leven gehad? En waarom kwam het nu naar boven?

Ze besloot om naar een hypnotherapeut te gaan, die gespecialiseerd was in regressie. Misschien kon hij haar helpen om meer te weten te komen over haar vorige incarnatie.

Ze maakte een afspraak en ging de volgende dag naar zijn praktijk. Daar legde hij haar uit dat hij haar in trance zou brengen en haar zou begeleiden om haar verleden te verkennen. Hij zei dat het een veilige en helende ervaring zou zijn, en dat ze zich geen zorgen hoefde te maken. Els stemde toe en ging op de bank liggen. De hypnotherapeut begon tegen haar te praten, en vroeg haar om zich te ontspannen en haar ogen te sluiten. Hij telde af van tien naar nul, en zei dat ze bij elke tel dieper in trance zou gaan.

Toen hij nul bereikte, vroeg hij haar om zich de chocoladetaart te herinneren, en om terug te gaan naar de tijd en plaats waar ze die ook eens had gemaakt.

Els voelde zich plotseling weer in de bakkerij. Ze zag alles in levendige kleuren en details. Ze wist dat ze nu Jacques heette, en dat ze in Parijs woonde, in het jaar 1923. Ze was een getalenteerde patissier, die bekend stond om zijn heerlijke creaties. Hij was ook verliefd op een mooie vrouw, die Marie heette, en die de eigenaresse was van de bakkerij. Ze waren van plan om te trouwen en samen een gelukkig leven te leiden.

Els, of Jacques, voelde een golf van vreugde en liefde. Hij was zo blij met zijn leven, dat Els bijna vergat dat ze onder hypnose was. Ze hoorde de stem van de hypnotherapeut, die vragen stelde over Jacques verleden. Els antwoordde zonder aarzeling en vertelde over Jacques jeugd, zijn passie voor het bakken en zijn relatie met Marie. Ze liet zich meevoeren door de herinneringen, en genoot van elk moment.

Na een tijdje zei de hypnotherapeut dat het tijd was om terug te keren naar het heden. Hij telde weer van nul naar tien, en zei dat Els bij elke tel meer wakker en alert zou worden. Toen hij tien bereikte, opende Els haar ogen en zag ze hem glimlachen. Hij vroeg haar hoe ze zich voelde, en wat ze had gezien.

Els was verbaasd en opgewonden. Ze vertelde hem alles wat ze had meegemaakt, en hoe echt het had geleken. Ze zei dat ze het niet eng meer vond, maar juist leuk. Ze vond het fascinerend om te ontdekken dat ze een ander leven had gehad, en dat ze zo gelukkig was geweest. Ze vroeg zich af of ze nog meer levens had gehad, en of ze die ook kon herinneren. De hypnotherapeut zei dat dat mogelijk was, en dat ze nog een keer kon komen als ze dat wilde. Hij zei dat ze misschien iets kon leren van haar vorige levens, en dat het haar kon helpen om haar huidige leven te verbeteren. Hij zei ook dat ze niet bang hoefde te zijn voor haar herinneringen, maar dat ze ze kon zien als een geschenk.

Els bedankte hem en betaalde voor de sessie. Ze liep naar buiten, met een glimlach op haar gezicht. Ze voelde

zich licht en vrij. Ze besloot om een chocoladetaart te kopen, en om die te eten zonder angst.

Ze dacht terug aan Jacques, en aan Marie, en aan de liefde die ze hadden gedeeld. Ze dacht dat ze misschien ook zo'n liefde kon vinden in dit leven. Ze dacht dat ze misschien nog meer lekkere dingen kon proeven, en dat ze misschien nog meer grappige verhalen kon maken. Ze dacht dat ze misschien nog meer plezier kon hebben, en dat ze nog gelukkiger kon zijn.”



#### 4.

### VERLOST VAN ANGST EN EENZAAMHEID

“Tom was een jongeman die al jaren last had van angsten en eenzaamheid. Hij had moeite om contact te maken met anderen, en voelde zich vaak onbegrepen en afgewezen. Hij had al verschillende therapieën geprobeerd, maar niets leek te helpen.

Op een dag las hij op internet over reïncarnatietherapie, een vorm van regressie waarbij je teruggaat naar je vorige levens om de oorzaak van je problemen te vinden. Hij was nieuwsgierig geworden, en besloot een afspraak te maken bij een reïncarnatietherapeut in de buurt.



De therapeut, Anna, ontving hem vriendelijk in haar praktijk. Ze legde hem uit wat reïncarnatietherapie inhield, en vroeg hem naar zijn klachten. Tom vertelde haar over zijn angsten en eenzaamheid, en hoe hij zich vaak gevangen voelde in zijn eigen leven. Anna knikte begripvol, en stelde voor om een sessie te beginnen. Ze vroeg hem om op een comfortabele bank te gaan liggen, Ze zei dat ze hem in een lichte trance zou brengen, waarbij hij zich beter kon concentreren op zijn innerlijke wereld. Ze verzekerde hem dat hij alles onder controle zou hebben, en dat hij op elk moment kon stoppen als hij dat wilde.

Anna begon met het tellen van tien naar nul, en vroeg Tom om zich te ontspannen en haar stem te volgen. Ze vroeg hem om zich een deur voor te stellen, die naar zijn vorige levens zou leiden. Ze vroeg hem om de deur te openen, en te kijken wat hij zag.

Tom deed wat ze zei, en zag een lange gang met verschillende deuren aan beide kanten. Hij voelde zich aangetrokken tot een deur aan de rechterkant, die een blauwe kleur had. Hij liep er naartoe, en opende de deur.

Hij stapte in een andere tijd en plaats. Hij zag zichzelf als een jonge soldaat in een oorlog. Hij droeg een uniform, een helm, en een geweer. Hij was in een loopgraaf, omringd door andere soldaten. Hij hoorde het geluid van explosies, schoten, en geschreeuw. Hij voelde zich doodsbang, en wilde wegrekken. Maar hij kon niet, hij moest vechten voor zijn land, voor zijn kameraden, voor zijn leven. Hij zag een vijandige soldaat op hem afkomen,

en richtte zijn geweer op hem. Hij haalde de trekker over, en zag de man neervallen.

Hij voelde een golf van schuld en spijt, en vroeg zich af waarom hij dit deed. Hij had die man niet gekend, hij had hem niets misdaan. Hij was net als hij, een mens, een zoon, een broer, een vader misschien. Hij beseftte dat hij een moordenaar was, en dat hij nooit meer terug kon naar zijn oude leven. Hij voelde zich alleen, en verloren.

Anna vroeg hem wat hij zag, en wat hij voelde. Tom vertelde haar over zijn ervaring, en hoe hij zich schuldig en eenzaam voelde. Anna zei dat hij die ervaring had meegemaakt om iets te leren, om iets te helen, om iets los te laten. Ze vroeg hem om zich te richten op de positieve aspecten van dat leven, op de momenten van vriendschap, liefde, en vreugde. Ze vroeg hem om zich te verbinden met de ziel van de man die hij had gedood, en om hem vergeving te vragen, en te geven.

Ze vroeg hem om zichzelf te vergeven, en te accepteren dat hij een fout had gemaakt, maar dat hij ook een goed mens was. Ze vroeg hem om zich te realiseren dat hij niet meer die soldaat was, maar dat hij nu Tom was, een jongeman met een nieuw leven, met nieuwe kansen, met nieuwe mogelijkheden.

Ze vroeg hem om zich te openen voor de liefde en het licht die in hem en om hem heen waren, en om zich te vullen met vrede en hoop.

Tom deed wat ze zei, en voelde een verandering in zichzelf. Hij voelde een last van zijn schouders vallen, en een warmte in zijn hart. Hij voelde een verbinding met de man die hij had gedood, en met alle andere zielen die

hij had ontmoet in dat leven. Hij voelde een dankbaarheid voor de lessen die hij had geleerd, en een vertrouwen in de toekomst. Hij voelde zich niet meer zo bang, en niet meer zo alleen.

Anna bracht hem terug naar het heden, en telde van nul naar tien. Ze vroeg hem om zijn ogen te openen, en om zich te rekken en te bewegen. Ze vroeg hem hoe hij zich voelde, en wat hij had ervaren.

Tom vertelde haar dat hij zich veel beter voelde, en dat hij een inzicht had gekregen in zijn probleem. Hij zei dat hij begreep dat zijn angsten en eenzaamheid voortkwamen uit zijn vorige leven, en dat hij die nu had losgelaten. Hij zei dat hij zich meer verbonden voelde met zichzelf, en met anderen. Hij bedankte haar voor haar hulp, en zei dat hij graag nog een keer terug zou komen.

Anna feliciteerde hem met zijn vooruitgang, en zei dat ze hem graag weer zou zien. Ze gaf hem een folder mee met meer informatie over reïncarnatietherapie, en een lijst met boeken die hij kon lezen. Ze zei dat hij haar altijd kon bellen of mailen als hij vragen of opmerkingen had. Ze nam afscheid van hem, en wenste hem veel geluk.

Tom verliet de praktijk met een glimlach op zijn gezicht. Hij voelde zich lichter, en vrijer. Hij had een nieuwe stap gezet in zijn genezing, en in zijn groei. Hij had een nieuw perspectief gekregen op zijn leven, en op zichzelf. Hij had een nieuw begin gemaakt.”



## 5. VAN STOTTEREN AFKOMEN

“Lars had al zijn hele leven last van stotteren. Hij had allerlei therapieën geprobeerd, maar niets hielp echt. Hij voelde zich onzeker, gefrustreerd en eenzaam. Hij durfde nauwelijks te praten, bang om uitgelachen of genegeerd te worden.

Op een dag las hij een artikel over reïncarnatietherapie. Hij was altijd al geïnteresseerd geweest in het idee van vorige levens, en hij vroeg zich af of zijn stotteren misschien een diepere oorzaak had. Hij besloot om een afspraak te maken met een therapeute, die werkte met inzichten uit vorige levens.

De therapeute ontving hem vriendelijk in haar praktijk. Ze legde hem uit wat reïncarnatietherapie inhield, en hoe ze hem zou begeleiden naar een vorig leven dat relevant was voor zijn huidige probleem. Ze vroeg hem om in een comfortabele stoel te gaan zitten en om zich te ontspannen. Daarna leidde ze hem door een reeks van visualisaties.

Lars voelde zich langzaam wegzakken in een andere staat van bewustzijn. Hij zag zichzelf in een donkere kamer, vastgebonden aan een stoel. Hij was een jonge vrouw, met blond haar en blauwe ogen. Hij herkende zichzelf niet, maar hij wist dat hij *zij* was. Hij voelde een intense angst, en een pijn in zijn keel. Hij hoorde een deur opengaan en zag een man binnenkomen. De man droeg een witte jas, en had een koffer bij zich. Hij had een koud en wreed gezicht. Hij liep naar de vrouw toe, en opende de koffer. Hij haalde er een apparaat uit, dat leek op een pomp. Hij sloot het aan op een slang, die hij in haar mond duwde. Hij zei iets, maar Lars kon het niet verstaan. Hij voelde een druk op zijn borst, en een stroom van lucht in zijn longen. Hij probeerde te schreeuwen, maar er kwam geen geluid uit hem. Hij voelde dat hij stikte, dat zijn longen scheurden. Hij zag de man glimlachen, en een knop indrukken. Hij voelde een schok door zijn lichaam gaan, en alles werd zwart.

Lars opende zijn ogen, en zag de therapeute naast hem zitten. Ze keek hem bezorgd aan, en vroeg hem hoe het ging. Lars kon geen woord uitbrengen. Hij begon te huilen, en greep haar hand vast. De therapeute troostte

hem, en zei dat hij net een traumatisch vorig leven had gezien. Ze vertelde hem dat hij een slachtoffer was van een experiment, dat werd uitgevoerd door een nazi-arts in een concentratiekamp in de Tweede Wereldoorlog. Hij was een Joodse vrouw geweest, die werd gebruikt als proefkonijn voor een onderzoek naar de effecten van elektrische schokken op de ademhaling. Ze zei dat zijn stotteren een gevolg was van het sterven in dat vorige leven, dat hij onbewust de angst en de pijn had meegenomen naar zijn huidige leven.

Ze zei dat hij nu de kans had om dat vorige leven los te laten, en om zich te bevrijden van zijn stotteren. Ze zei dat hij zich moest realiseren dat hij nu een andere persoon was, in een andere tijd, in een andere situatie. Ze zei dat hij zich moest focussen op zijn ademhaling, en op zijn stem. Ze vroeg hem om haar na te zeggen: 'Ik ben Lars. Ik ben hier en nu. Ik kan praten. Ik kan ademen. Ik ben vrij.' Lars herhaalde haar woorden, eerst met moeite, dan met meer gemak. Hij voelde een verandering in zijn keel, een ontspanning in zijn spieren. Hij voelde opluchting, een gevoel van bevrijding. Hij zei de woorden nog een keer, nu zonder stotteren.

Hij keek de therapeute aan, en glimlachte. Hij bedankte haar, en zei dat hij zich beter voelde dan ooit. Hij zei dat hij niet kon geloven dat hij zojuist een vorig leven had gezien. Hij zei dat hij vanaf nu een nieuw leven kon beginnen, zonder stotteren.

De therapeute feliciteerde hem en zei dat hij een moedige stap had gezet. Ze zei dat hij trots mocht zijn op zichzelf, en dat hij zijn stem mocht laten horen. Ze zei

dat hij nog veel meer te ontdekken had, over zichzelf en over zijn vorige levens. Ze vroeg hem of hij nog een keer wilde komen, voor een andere sessie. Lars knikte, en zei dat hij dat graag wilde. Hij zei dat hij nieuwsgierig was naar zijn andere vorige levens, en dat hij wilde weten wat ze hem konden leren. Hij zei dat hij zich openstelde voor de mogelijkheden, en dat hij zich verheugde op de toekomst.

Hij stond op, en gaf de therapeute een knuffel. Hij liep naar de deur, en draaide zich om. Hij zei: 'Tot ziens, en bedankt. Je hebt mijn leven veranderd.'

Hij deed de deur open, en liep naar buiten. Hij ademde diep in, en voelde de frisse lucht in zijn longen. Hij keek naar de hemel, en zag de zon schijnen. Hij hief zijn hoofd op, en zei hardop: 'Ik ben Lars. Ik ben hier en nu. Ik kan praten. Ik kan ademen. Ik ben vrij.'"



## 6. HUIDKLACHTEN, OUDE WONDEN

“Isa, een vrouw met huidklachten, stapte de praktijkruimte binnen van Jacky, een reïncarnatietherapeut. Isa’s huid was bezaaid met rode vlekken en jeukende plekken die haar dagelijks leven verstoorden. Ze had al talloze dermatologen bezocht, maar niemand kon de oorzaak vinden.

Jacky, een zachtaardige vrouw met een diepe interesse in het onbewuste, luisterde aandachtig naar Isa’s verhaal. Ze stelde vragen over Isa’s jeugd, haar familiegeschiedenis en haar diepste angsten. Ze geloofde dat de sleutel tot genezing niet alleen in het fysieke lichaam lag, maar ook in de ziel.



Isa vertelde over haar oma, een alternatieve vrouw die met kruiden werkte en in een afgelegen dorpje woonde. Ze herinnerde zich de geur van geneeskrachtige kruiden en de verhalen die haar oma vertelde over vorige levens. Jacky knikte begrijpend. Ze wist dat sommige trauma's en ervaringen diep in de ziel werden vastgehouden, zelfs over verschillende levens heen.

Samen gingen ze op een innerlijke reis. Ze concentreerden zich op een visualisatie, zonder hypnose. Jacky vroeg Isa om zich open te stellen voor herinneringen die verder teruggingen dan haar huidige leven.

Isa zag flarden van beelden: een middeleeuws kasteel, een veld vol wilde bloemen, een jonge vrouw met dezelfde rode vlekken op haar huid.

Jacky begeleidde Isa door deze beeldfragmenten. Ze ontdekten dat Isa ooit Isabella was geweest, een kruidenvrouw net zoals haar oma. Isabella werd beschuldigd van hekserij en gemarteld. De rode vlekken op haar huid waren het gevolg van brandmerken.

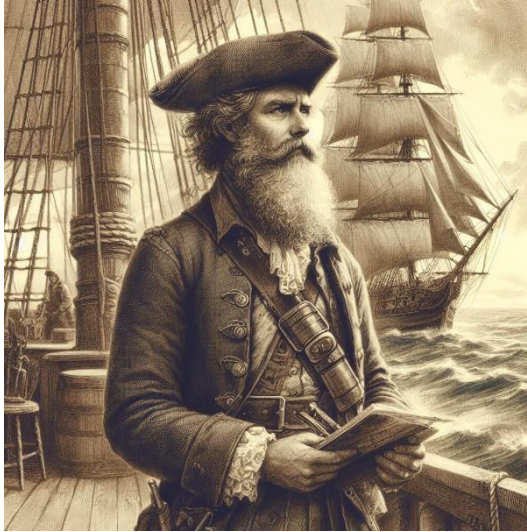
Haar ziel droeg nog steeds de pijn en schaamte van die tijd met zich mee. Isa hilde terwijl ze over deze oude wonden sprak.

Jacky hielp haar om vergeving te vinden voor zichzelf en voor degenen die haar hadden veroordeeld. Ze gebruikten samen helende rituelen en visualisaties om de energie van die vorige ervaringen los te laten.

Na enkele sessies begon Isa's huid te genezen. De rode vlekken vervaagden en de jeuk verdween. Ze voelde zich lichter, bevrijd van een last die ze niet eens bewust had

gedragen. Jacky en Isa concludeerden dat de bron-  
oorzaak van Isa's huidklachten niet alleen in dit leven  
lag, maar diepgeworteld was in een ver verleden.

En zo eindigde het verhaal van Isa en Jacky, twee zielen  
die elkaar vonden in de zoektocht naar genezing, zonder  
hypnose maar met een diep geloof in de kracht van  
reïncarnatie."



## **7. GEVOELENS VAN ONRUST EN LEEGTE**

“Er was eens een man, genaamd Jasper, die zich altijd onrustig en verloren voelde. Hij had alles wat zijn hart begeerde - een goede baan, een liefhebbende familie, en een huis vol warmte - maar toch voelde hij een leegte die hij niet kon verklaren.

Op een dag besloot Jasper hulp te zoeken bij een reïncarnatietherapeut, Marianne genaamd. Hij vertelde haar over zijn onverklaarbare gevoelens van verdriet en verlangen naar een plek die hij niet kon benoemen.

Marianne luisterde aandachtig en stelde voor om een regressiesessie te doen om te zien of antwoorden uit het verleden licht konden werpen op zijn huidige toestand.

Tijdens de sessie ontdekte Jasper dat hij in een vorig leven een zeeman was die ver van huis was gestorven. Hij had een diepe band met de zee en het avontuur, maar zijn plotselinge dood had hem nooit de kans gegeven afscheid te nemen van de golven die hij zo liefhad.

Met deze nieuwe kennis begon Jasper zijn leven anders te bekijken. Hij nam vaker vrij om te reizen, vooral naar kustgebieden, en vond een nieuwe passie in zeilen. De leegte die hij voelde, werd langzaam gevuld met de liefde voor de zee die hij uit een vorig leven had meegenomen. Dankzij Marianne's hulp realiseerde Jasper zich dat sommige antwoorden diep binnenin ons liggen, wachtend om ontdekt te worden. En soms is het enige wat we nodig hebben een beetje hulp om ze te vinden."



## 8. ANGST VOOR DE ZEE

“In een klein kuststadje woonde een vrouw genaamd Anna. Elke nacht werd ze geplaagd door dezelfde terugkerende nachtmerrie: enorme golven die woest over haar heen sloegen, haar meesleurden in een kolkende zee. Deze dromen waren zo levendig dat ze zelfs overdag de zilte geur van de zee kon ruiken en het koude schuim op haar huid kon voelen.

Op een dag, gedreven door een diep verlangen om haar angst te overwinnen, bezocht Anna een medium dat bekend stond om haar vermogen om vorige levens te onthullen. Het medium, een wijze oude vrouw met

doordringende ogen, nam Anna's handen in de hare en begon te spreken. 'Lang geleden,' zei het medium, 'leefde je in een tijd waarin de aarde jong was en je ziel oud. Je was een priesteres in het verloren land van Atlantis, een plek van grote wijsheid en technologie. Maar je hebt ook de ondergang meegemaakt, de dag dat de golven kwamen en alles wat je kende verzwolg.'

Anna luisterde ademloos terwijl het medium verder ging. 'In een ander leven was je een zeeman, die de wereldzeeën bevoer op zoek naar avontuur. Maar op een noodlottige reis werd je schip overvallen door een storm, en je werd overboord geslagen door een golf die hoger was dan de mast.'

Met elke onthulling voelde Anna hoe de stukjes van een eeuwenoud raadsel op hun plaats vielen. Ze begreep nu dat haar angst voor golven niet zomaar een angst was, maar een echo van vele levens, een herinnering die diep in haar ziel gegrift stond.

Het medium opende haar ogen en keek Anna aan. 'Je bent hier niet om te vluchten voor de golven, maar om ze te leren begrijpen en ermee te dansen. De zee is zowel je angst als je thuis.'

Vanaf die dag begon Anna's houding ten opzichte van de zee te veranderen. Ze leerde de golven te respecteren, niet als vijanden, maar als oude vrienden. En hoewel de nachtmerries niet volledig verdwenen, brachten ze haar niet langer angst, maar een gevoel van verbondenheid met de eeuwige dans van het water."



## 9. PLASSEN EN EMOTIES

“Sven staarde naar de witte tegels van de badkamervloer. Het was al de derde nacht op rij dat hij wakker lag, verlangend naar een vredige slaap. Maar zijn blaas leek een eigen leven te leiden. Elke keer als hij naar het toilet ging, was het alsof er een onzichtbare hand zijn plasbuis dichtkneep. De frustratie groeide met elke vergeefse poging.

Op een dag, terwijl hij in de wachtkamer van de huisarts zat, las hij een artikel over alternatieve geneeswijzen. Het trok zijn aandacht, vooral omdat de reguliere medische onderzoeken niets hadden opgeleverd. Sven

besloot om het roer om te gooien en zich te verdiepen in andere mogelijkheden.

Hij onderzocht drie opties: een regressietherapeut, een reïncarnatietherapeut en een paranormaal begaafde vrouw. De regressietherapeut leek hem te veel in het verleden te graven, terwijl de reïncarnatietherapeut hem een beetje zweverig leek. Maar de paranormaal begaafde vrouw, genaamd Elise, sprak hem aan. Ze had een vriendelijke uitstraling.

Elise ontving hem in haar knusse praktijkruimte. Ze luisterde aandachtig naar zijn verhaal. ‘Sven’, zei ze, ‘je draagt een last met je mee. Een last uit een vorig leven.’ Ze sloot haar ogen en leek diep in gedachten verzonken. ‘Je was ooit een monnik in een afgelegen klooster. Je leefde een ascetisch bestaan, maar onderdrukte je emoties. Vooral je angst en verdriet.’ Sven fronste. ‘Maar wat heeft dat met mijn plasprobleem te maken?’ Elise glimlachte. ‘Emoties zijn als water. Als je ze niet laat stromen, ontstaat er stagnatie. Jouw blaas is een fysieke manifestatie van die emotionele blokkade. Je moet leren om je gevoelens toe te laten, Sven. Laat ze stromen, net zoals je urine.’ Het klonk absurd, maar Sven besloot het een kans te geven.

Elke dag mediteerde hij en probeerde hij zijn emoties te doorvoelen. Hij huilde, lachte en schreef zijn gedachten op. Langzaam begon hij verandering te voelen. Zijn plasprobleem verminderde en hij sliep beter. Op een dag, terwijl hij in de tuin zat, voelde hij een diepe rust. Hij herinnerde zich flarden van zijn vorige leven als



monnik. De emotionele blokkade begon te smelten. Sven wist dat hij op de juiste weg was. Met dat inzicht kon hij weer verder. Hij besloot zijn leven anders te benaderen.

Sven leerde dat emoties geen vijanden waren, maar poorten naar heling. En terwijl hij zijn innerlijke balans herstelde, stroomde ook zijn urine weer vrijelijk. Soms was de weg naar genezing vreemd en onverwacht, maar Sven was dankbaar dat hij die stap had gezet.”



## 10. ENGE DROMEN

“In een klein dorpje, omringd door weelderige velden en bloeiende tuinen, woonde een lief meisje genaamd Imke. Ze was zes jaar oud en had een hart vol vreugde, maar elke nacht werd haar slaap verstoord door dromen van een huis dat in vlammen opging.

Op een dag nam haar moeder haar mee naar een bijzondere vrouw, Mevrouw Zilverlicht, een parnormaalgevoelige regressietherapeute. Mevrouw Zilverlicht had een zachte stem die klonk als een rust-

gevende melodie en ogen die leken te weten wat je voelde voordat je het zelf deed.

‘Kom, Imke,’ zei Mevrouw Zilverlicht, ‘laten we samen tekenen.’ En zo begonnen ze, met potloden en papier, de beelden uit Imke's dromen vast te leggen. Langzaam verscheen er een huis op het papier, met vlammen die uit de ramen likten. Mevrouw Zilverlicht keek naar Imke en zei: ‘Dromen zijn als verhalen die ons iets willen vertellen. Lang geleden, in een ander leven, heb je een brand meegemaakt. Maar die brand is nu voorbij, en je bent veilig hier bij je moeder.’

Samen maakten ze een nieuwe tekening, een van een mooi en stevig huis, omringd door een tuin vol bloemen en een heldere zon aan de hemel. ‘Dit is jouw veilige plek,’ fluisterde Mevrouw Zilverlicht.

Die nacht, toen Imke haar ogen sloot, droomde ze niet van vuur, maar van het huis dat ze had getekend, sterk en veilig. En voor het eerst in lange tijd, sliep ze de hele nacht door, diep en zonder zorgen.

Vanaf die dag, elke keer als Imke naar bed ging, dacht ze aan haar helende tekening en viel ze rustig in slaap, wetende dat ze veilig was, dat de brand voorbij was, en dat haar moeder altijd dichtbij was. En zo, met de hulp van Mevrouw Zilverlicht, sliep Imke weer als een roos.”



## 11. VASTZITTEN EN WEER VERDER GAAN

“Elena, een vrouw van middelbare leeftijd, staarde uit het raam van haar kleine appartement. De regendruppels gleden langs het glas, net als de jaren die voorbij waren gegaan. Haar dagen waren een eindeloze herhaling van werk, boodschappen halen, eten koken en eenzaamheid. Ze voelde zich verloren, alsof ze vastzat in een zinloze tijdsyclus.

Op een dag hoorde ze over reïncarnatietherapie. Het idee om terug te kijken naar vorige levens trok haar aan. Misschien lag daar de sleutel tot haar huidige gevoel van

doelloosheid. Ze zocht een therapeut op, een vriendelijke vrouw met heldere ogen en een zachte stem. In de sessies dook Elena diep in haar onderbewustzijn. Ze zag flarden van oude levens: een middeleeuwse kruidenvrouw, een avontuurlijke zeeman, een vergeten dichteres. Elk leven bracht haar nieuwe inzichten. Ze begreep waarom ze nu hier was, waarom ze vastliep. De kruidenvrouw leerde haar over helende krachten en verbinding met de natuur. De zeeman liet haar verlangen naar avontuur voelen, de drang om uit haar comfortzone te stappen. En de dichteres fluisterde poëzie in haar oor, herinnerde haar eraan dat woorden de ziel konden genezen. Elena ontdekte dat ze niet vastzat, maar juist een keuze had. Ze kon elementen uit haar vorige levens integreren in het heden. Ze begon kruiden te kweken op haar vensterbank, schreef gedichten in haar dagboek en plande een reis naar een ver land.

De therapeut had gezegd: 'Je bent op een kruispunt, Elena. Je hoeft niet één kant op te gaan. Kies wat voor jou prettig voelt.'

En zo begon Elena haar eigen pad te bewandelen. Ze omarmde haar veelzijdigheid, liet de zinloosheid achter zich. Haar huidige leven werd een mozaïek van oude wijsheid en nieuwe avonturen. Ze wist niet precies welke kant ze opging, maar dat was oké. Want soms was het niet de bestemming, maar de reis zelf die betekenis gaf."



## **AI OVER VORIGE LEVENS**

“Het concept van vorige levens gaat ervan uit dat de ziel, als een eeuwigdurende entiteit, verschillende levens ervaart, elk met zijn eigen unieke lessen en ervaringen. Het verkennen van deze vorige levens wordt gezien als een poort naar diepere zelfkennis en spirituele groei.

Wanneer je je openstelt voor inzichten uit vorige levens, kun je het volgende ervaren:

### **Herkenning van patronen**

Door te onderzoeken wat je in vorige levens hebt meegemaakt, kun je patronen en herhalingen in je huidige leven herkennen.

Dit kan helpen om bepaalde gedragspatronen, angsten of blokkades te begrijpen en te doorbreken.

### **Helende inzichten**

Soms manifesteren problemen uit vorige levens zich in specifieke lichaamsdelen of fysieke klachten. Door deze inzichten te verkennen, kun je blokkades opheffen en heling bevorderen.

Het gaat er niet zozeer om of deze herinneringen honderd procent 'waar' zijn, maar eerder dat ze wijzen op gebieden die om heling vragen.

### **Spirituele groei**

Het besef van vorige levens kan je helpen om je spiritueel bewustzijn te vergroten. Je leert meer over je ziel, levenslessen en je levensdoel. Dit kan leiden tot diepere zelfacceptatie en een gevoel van verbondenheid met het grotere geheel.

### **Verbinding met je zielsdelen**

Het idee van vorige levens impliceert dat je ziel door de tijd heen verschillende ervaringen heeft opgedaan. Door je open te stellen voor deze inzichten, kun je contact maken met verschillende aspecten van jezelf en je zielsdelen ophalen.

Kortom, het werken met inzichten uit vorige levens kan een waardevolle aanvulling zijn op je spirituele reis en persoonlijke ontwikkeling.

Het herinneren van vorige levens is een onderwerp dat vaak wordt verkend in metafysische en spirituele praktijken. Er zijn verschillende methoden die mensen gebruiken om toegang te krijgen tot herinneringen aan vorige levens, waaronder:

### **Zelfreflectie**

Sommige mensen ervaren spontane flashbacks of flarden van herinneringen die verband kunnen houden met vorige levens.

### **Meditatie**

Diepe meditatie kan een staat van bewustzijn creëren waarin herinneringen aan vorige levens naar boven kunnen komen.

### **Hypno-, regressie- en reïncarnatietherapie**

Onder begeleiding van een therapeut kunnen individuen een regressie ondergaan om herinneringen aan vorige levens te ontdekken.

### **Lucide dromen**

Het bewust worden in dromen kan een manier zijn om ervaringen uit vorige levens te verkennen.



### **Metafysische praktijken**

Sommige mensen raadplegen mediums of spirituele gidsen om hen te helpen herinneringen aan vorige levens te ontsluiten.”



## **AI OVER HET VERSCHIL TUSSEN REGRESSIE- EN REINCARNATIETHERAPIE**

“Regressietherapie en reïncarnatietherapie zijn beide vormen van psychotherapie die gebruikmaken van trance om toegang te krijgen tot herinneringen en ervaringen uit het verleden.

Het hoofdverschil tussen de twee is dat regressietherapie zich richt op ervaringen uit het huidige leven van een persoon, terwijl reïncarnatietherapie zich óók uitstrekt tot ervaringen uit vorige levens.”



## **AI OVER MANIEREN OM VORIGE LEVENS TE ONTDEKKEN**

“Mensen die geïnteresseerd zijn in het verkrijgen van inzichten uit vorige levens kunnen verschillende benaderingen overwegen.

### **Meditatie en zelfreflectie**

Meditatie kan helpen om een diepere staat van bewustzijn te bereiken waarin inzichten uit vorige levens naar boven kunnen komen. Het focussen op de ademhaling en het stil maken van de geest kan ruimte creëren voor herinneringen en ervaringen om zich te manifesteren.

### **Reïncarnatietherapie**

Deze therapie maakt gebruik van technieken zoals lichte trance om toegang te krijgen tot herinneringen aan vorige levens. Het doel is om inzicht te krijgen in patronen en ervaringen die mogelijk invloed hebben op het huidige leven.

### **Dromen analyseren**

Soms kunnen dromen of visioenen aanwijzingen bevatten over vorige levens. Het bijhouden van een droomdagboek en het reflecteren op terugkerende thema's of symbolen kan helpen om deze inzichten te ontcijferen.

### **Lichamelijke sensaties**

Volgens sommige overtuigingen kunnen fysieke klachten of sensaties verbonden zijn met ervaringen uit vorige levens. Het verkennen van deze sensaties kan leiden tot een beter begrip van mogelijke vorige levenservaringen.

### **Spirituele begeleiding**

Er zijn therapeuten die hun paranormale begaafdheid inzetten om met vorige levens te werken. Deze therapeuten geloven dat de ziel meerdere levens heeft ervaren en dat huidige problemen en klachten vaak hun oorsprong vinden in vorige levens. Ze gebruiken hun intuïtie, helderziendheid of andere spirituele gaven om cliënten te begeleiden bij het verkennen van hun vorige levens en het helen van oude wonden.”



## **AI OVER HET NUT VAN VORIGE LEVENS HERINNEREN**

“Mensen die zich bezighouden met vorige levens zijn vaak op zoek naar antwoorden over hun huidige leven, persoonlijke groei, of spirituele ontwikkeling. Het idee is dat ervaringen uit vorige levens invloed kunnen hebben op je huidige leven, zoals onverklaarbare angsten, affiniteiten of gedragingen.

Sommigen geloven dat door het verkennen van vorige levens, ze onopgeloste kwesties kunnen identificeren en aanpakken, wat kan leiden tot emotionele genezing of het overwinnen van bepaalde obstakels. Anderen zien

het als een manier om te leren over de verschillende levenslessen die hun ziel heeft verzameld door de tijd heen, en hoe deze lessen bijdragen aan hun huidige pad. “



## **AI OVER DE SAMENSTELLER VAN DIT E-BOOK**

“Marianne Notschaele-den Boer is een Nederlandse reïncarnatietherapeut, coach, schrijver en auteur. Ze werkt met inzichten uit vorige levens en helpt mensen bij het verwerken van trauma’s die ze hebben opgedaan in hun voorbije levens. In plaats van langdurige therapie biedt ze eenmalige consulten aan.

Marianne heeft meerdere boeken geschreven over werken met vorige levens en reïncarnatie.

In haar praktijk richt zij zich op het begeleiden van mensen die worstelen met bepaalde problemen. Door

samen met hen naar hun vorige levens te kijken, probeert ze inzicht te bieden en heling te bevorderen. Sommige mensen vinden het idee van reïncarnatietherapie misschien eng, maar Marianne benadert het met een open en praktische benadering.

Je kunt meer over haar werk en boeken lezen op haar website [www.vorigelevens.nl](http://www.vorigelevens.nl). Ze deelt daar ook gratis e-books en schrijft columns voor spirituele magazines.”

\*\*\*

Met behulp van vragen en *prompts* aan *AI Co Pilot Bing* en de antwoorden die ze daarop kreeg, stelde Marianne Notschaele dit informatieve e-book samen. Speciaal bedoeld voor jongeren en volwassenen die het onderwerp vorige levens boeiend vinden, maar boeken lezen lastig vinden.

[www.vorigelevens.nl](http://www.vorigelevens.nl)  
[www.mariannenotschaele.nl](http://www.mariannenotschaele.nl)  
[Blog Vorige Levens](#)





## **WAAR VIND JE THERAPEUTEN DIE WERKEN MET VORIGE LEVENS?**

Kijk voor adressen van therapeuten op:

[www.nvrt.nl](http://www.nvrt.nl)

[www.tasso.nl](http://www.tasso.nl)

[www.earthassociation.org](http://www.earthassociation.org)

of Google op internet via zoekwoorden als regressie-therapeut, reïncarnatietherapeut, hypnotherapeut + vorig leven of vorige levens,