

GOEDE RAAD VAN EEN OVERMOEDIGE RIDDER



Tijdens sessies bij reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele valt het coach Mark op, dat zijn enkel in meerdere situaties opspeelt. Pijnlijke signalen die het lichaam geven, hebben vaak een functie. Wat probeert zijn enkel hem te vertellen?

TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER

Coach Mark (38) is enthousiast in alles wat hij onderneemt. Waarschuwingen dat hij te snel gaat en soms ruimte inneemt ten koste van anderen, zijn gericht tegen dovemansoren. Als zzp'er werkt hij zelfstandig én op zijn eigen manier. Hij heeft geen collega's om zich heen die hem tot de orde kunnen roepen of die hem afremmen, mocht dat nodig zijn. Mark is vrolijk en goedlachs. In opperbest humeur vraagt hij: "Waarom speelt mijn enkel toch telkens op? Wat heb ik niet door, dat anderen wel opvalt?" Ieder nieuw project start hij met jongensachtig enthousiasme. Op adviezen van anderen zit hij niet te wachten, hij weet zelf het beste hoe alles moet. Hij zegt: "Lachen joh, als zzp'er wil ik nu bij jou een retourtje naar een vorig leven om uit te zoeken waarom mijn 'enkeltje' pijn blijft doen."

Symboliek

Een pijnlijke enkel kan symboliseren dat je je onzeker voelt over te nemen besluiten, dat je je zorgen maakt over gevoelens van beperkt zijn, alsof iets of iemand je tegenhoudt om vrijuit te bewegen of je doelen te bereiken. In bredere zin kan het betekenen dat je moeite hebt om vooruit te komen in het leven. Het lichaam geeft via het enkelgewricht (dat een belangrijke rol speelt bij stabiliteit en in balans blijven) een signaal af dat er emotionele of mentale hindernissen in het spel zijn. Genezing van een enkelblessure kan symbool staan voor het overwinnen van obstakels en het verkrijgen van persoonlijke groei. Of Mark echt in herinneringen aan een vorig leven duikt? Wel bevat zijn vorige-levens-verhaal een heldere boodschap, die hij accepteert. Sneller dan wanneer ik hem direct zou aanspreken op de symbolische betekenis van zijn pijnlijke enkel. Marks carrière als zzp'er zou vele malen soepeler verlopen wanneer hij in zijn over-enthousiasme en snelheid meer rekening houdt met mensen in zijn omgeving. Hij neemt regelmatig zoveel ruimte in, dat hij zelfs voor zijn cliënten net iets te veel van het goede is. En dan komen ze niet terug voor een vervolgspraak. En dat is jammer, want hij is goed in zijn coachingsvak.

Hart doorboord

Een visualisatie met Marks' pijnlijke enkel in de hoofdrol geeft hem inzicht in hoe hij zichzelf wat kan remmen. Samenvattend schrijft hij thuis op: 'George wilde ridder zijn. Hij leefde in een tijd van koningen en kastelen ergens in Engeland/Schotland. Omdat zijn ouders van goede komaf waren - ze bezaten kastelen en landerijen - was hij in de gelegenheid een goede opleiding en training te volgen. Hij had aanleg, ontwikkelde zich snel. Had het in zich een waardig en krachtig ridder te worden. Hij was jong en enthousiast, kon de wereld aan, maar was wel een beetje overmoedig. Op een dag ging hij naar het kasteel van de koning. Er was namelijk een toernooi. Hier wilde hij indruk maken op de koning, maar vooral op de prinses, het meisje van zijn dromen. "Zou je dat wel doen?", hadden ze hem gewaarschuwd. "Wacht nog een paar jaar, er komen nog toernooien genoeg". George negeerde deze goedbedoelde raadgevingen. Diep in hem zei een klein stemmetje: "Doe het niet". Maar dat stemmetje werd ruimschoots overstemd door zijn enthousiasme en zijn overtuiging dat hij de beste was. Blakend van zelfvertrouwen bereidde hij zich voor. Hij stelde zich op langs de baan. Geharnaste mannen reden te paard op elkaar af, hun lansen recht vooruit. Toen het zijn beurt was, miste hij met zijn lans de andere ridder. Zijn lansstoot werd afgeweerd. De lans van zijn tegenstander schoot net onder zijn schild, de punt doorboorde zijn hart. De lans brak af, George smakte op de grond. Het paard viel boven op Georges benen,



waarbij ook zijn enkel werd verpletterd. Kreunend van pijn bleef hij liggen. "That hurts!" De pijn werd van het sterven werd overspoeld door een groot schaamtegevoel. Hij had gefaald. "Wat denkt de koning nu wat voor ridder ik ben, wat moet de prinses wel niet van me denken? Ik had toch beter moeten luisteren naar de goede raad. Eigenlijk wist ik het zelf ook wel." Op het moment dat George dacht, "Ik laat me nooit meer door mijn enthousiasme leiden", blies hij zijn laatste adem uit. Terwijl zijn ziel zijn lijf verliet, zag hij zijn doorboorde lichaam daar zo liggen op de grond. Zijn woorden naar zichzelf toe waren: "George, volg je gevoel, dan ben je tot grote dingen in staat. Blijf vrolijk en enthousiast, maar luister daarbij ook goed naar anderen en je intuïtie."

*'De lans van zijn tegenstander
schoot net onder zijn schild,
de punt doorboorde zijn hart'*

De boodschap

Een pijnlijke, verstuikte, verzwikte of gebroken enkel laat onze kwetsbaarheid en beperkingen zien in het dagelijks leven: situaties waarin we ons niet volledig vrij voelen om te handelen of te bewegen zoals we graag zouden willen. Bij alle problemen die spelen rondom het enkelgewricht en het onvermogen vooruit te gaan, kun je het beste aandacht schenken aan de verstoorte aspecten in het leven om te bepalen welke richting je uit moet. Zolang Marks' enkel pijn deed, kreeg hij vanuit het altijd vriendelijke universum de uitnodiging om de boodschap van zijn lichamelijk ongemak te ontcijferen. Op zijn eigen tempo en door de visualisatie ging Mark nadenken over hoe hij weer in balans kon komen. Als ridder had hij het advies van anderen kunnen gebruiken in plaats van goede raad te negeren; als zzp'er kan hij vaker openstaan voor raad van anderen. Wie zijn enkel bezeert of breekt, kan geen grote sprongen meer maken en zal voorzichtig(er) moeten voortbewegen om vooruit te gaan. Op zijn tijd luisteren naar wat anderen adviseren, kan nuttig zijn. De overmoedige ridder die Mark ooit was (of die hij symbolisch vormgaf in een vorig-levensverhaal) liet hem zien dat raadgevingen van anderen meestal goed bedoeld zijn en handig kunnen zijn om ongelukken te voorkomen. Hij besepte, dat zijn goedbedoelde over-enthousiasme en snelheid in zijn coachingswerk vaak werden gezien als 'teveel van het goede'. Voortaan luisterde hij goed naar de innerlijke stem in zichzelf én goed naar anderen. Dankzij de 'boodschap' van zijn pijnlijke enkel, leerde Mark beter luisteren naar zijn cliënten en meer open te staan voor op- en aanmerkingen van zzp'ers uit andere vakgebieden, die hij bij netwerkborrels ontmoette. Het 'retourtje vorig leven', zoals hij het noemde, vergrootte zijn flexibiliteit en kwam de gezondheid van zijn enkel ten goede. •