

*Insectenfobie & een vorig leven*

# DE VLIEGENMEPPER

A red fly swatter with a black handle is lying on a dark, textured wooden surface. The swatter has a grid-like pattern on its head. The handle is black and extends from the top left towards the center of the swatter head.

*‘Mijn meester zegt me  
dat ik een lastige strontvlieg ben’*

**Stoere Finn (35) heeft een insectenfobie. Reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele-den Boer vindt samen met hem de oplossing voor zijn probleem. Én leert hem en passant dat hij waardevol is als mens. Nét zoals insecten hun nut hebben in de natuur!**

**TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER**

Finn is een stoere man, werkzaam in de beveiligingssector. Een stevig uitziende kerel, lang en breedgeschouderd. Een betrouwbare man, die op anderen overkomt als beresterk. Toch werkt hij niet als uitsmijter in de horeca, maar als ICT-medewerker bij een nationaal securitybedrijf. Van vechtsport of lichamelijke verdediging moet hij niet veel hebben. Finn: "Ik zou nooit iemands bodyguard kunnen zijn. Geef mij maar een veilige, administratieve functie." Hij lacht er aanstekelijk bij. Finn is geen softie, maar wel zacht van karakter. In zijn vrije tijd is hij vrijwilliger bij het dierenasiel, afdeling katten. Je zou hem wat uiterlijk betreft eerder verwachten als Pitbulleigenaar of caféportier die ongewenste gasten tijdig tegenhoudt.

## Pantser

Finn heeft een probleem: "Ik durf geen spinnen dood te maken. Thuis hanteert mijn vriendin de vliegenmepper. Zij slaat alle spinnen, vliegen en muggen plat." Hij lacht zijn tanden bloot en vervolgt: "Dat is dus prima geregeld, maar op mijn werk zijn er ook weleens insecten. Wespen die in de middagpauze in de kantine vliegen. Dan verwachten mijn vrouwelijke collega's dat ik de held uithang, want ik ben daar één van de weinige mannen. Insecten doden durf ik niet. Ik ben in staat net zo hard te gillen als die vrouwen bij het zien van een wesp. Hoe kom ik daarvan af? Met behulp van regressietherapie? Ik kan me niet herinneren dat ik als kind gestoken ben door een eng insect." Vliegen en muggen pletten geeft volgens Finn 'enge bloedvlekken op de muur'. Het geluid van krakende insecten vindt hij nóg erger. "Vreselijk! Kevers hebben zo'n keihard pantser, dat kraakt verschrikkelijk als je ze een dodelijke klap geeft."



Finn houdt er niet van om de controle te verliezen. In trance gaan of visualiseren vindt hij niets. Daarom mag hij rechtop in de stoel blijven zitten en zijn ogen openhouden. Hij hoeft zich slechts te concentreren op wat hij daarnet zelf heeft gezegd.

Ik laat hem enkele van zijn eigen uitspraken hardop herhalen. *Bloed op de muur. Krakende pantsers. Dodelijke klappen.* Vraag hem wat hij daarbij voelt. "Ik word misselijk van angst." Finn legt zijn handen beschermend op zijn buik. "Mijn buik doet pijn." "Alsof wat gebeurt?", vraag ik. "Alsof ik in mekaar word gebeukt door potige kerels." "Hoe staat het met jouw pantser?" "Ze breken mijn ribben!" Ik instrueer Finn 'net zoveel van de pijn te voelen als hij aankan, opdat hij begrijpt wat gaande is'.

Zijn focus verandert van lichte naar diepe trance en zijn geopende ogen staren glazig in de verte.



Armen en benen maken afwerende bewegingen. "Met wie ben je in gevecht?", vraag ik. "Wachters. Ik heb mijn baas gedood en nu komen ze mij achterna." Finn zit midden in een herinnering aan een vorig leven.

## Bodyguard in het oude Rome

"Ga eens terug naar het begin van die situatie, waarover je nu praat. Naar een moment dat alles nog goed is. Waar ben je dan? Wat zie of hoor je? Wat ben je aan het doen?" Finn vertelt dat hij 'ergens in de Romeinse tijd' als man gevangen is genomen na een verloren strijd om een of ander gebied. Als krijgsgevangene wordt hij verkocht aan een landgoedeigenaar, die net buiten een grote stad woont. Rome? Samen met drie andere wachters, die net zo goed kunnen vechten als hij, krijgt hij de taak om zijn nieuwe baas te beschermen. Strijdgewoel waarin hij zich eerder bevond is voorbij, voedsel is ruim beschikbaar. Finn meldt: "Eindelijk kan ik doorslapen. Ik was kneiter-moe van dat vechten."

Als wachter 'promoveert' hij na verloop van tijd tot speciale 24-uurs wachter en wordt hij bevorderd tot één van de vier persoonlijke beveiligers van de landeigenaar. "Ik moet een eed afleggen en trouw zweren. Mijn eigen familie woont ver weg. Ik heb het hier nu goed, ik blijf. Mijn baas is goed voor me." Maar de wachter moet bij belangrijke diners van zijn 'heer en meester' steeds vaker zijn vechtkunsten tonen door tegen anderen te knokken. "Met mijn vuisten kan ik me uitstekend verdedigen. Ik mep er flink op los. Omdat ik zo goed ben, meldt mijn baas me aan voor gevechten in het amfitheater. Tegen zwaar getrainde gladiatoren." Finn legt uit dat dit niet bevalt. Tegenstanders zijn sterker én extra bewapend. "Ik heb slechts arm- en beenbescherming van leer, een klein steekzwaard, meer niet. Ieder gevecht is er één op leven en dood." De wachter komt erachter hoe weinig zijn leven ertoe doet. Dit maakt hem kwaad. Aangezien hij trouw beloofde aan zijn meester doet hij nog steeds, met tegenzin, wat hem opgedragen wordt. "Ik vraag hem wel om betere bepantsering. Een helm, een klein rond schild, en ijzeren borst- en rug-bedekking. "Ik haat het, te moeten vechten als een gladiator."

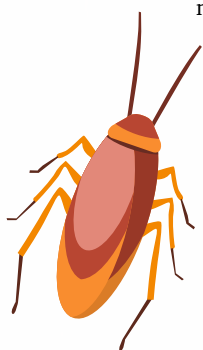
## ‘Mijn moeder sloeg me vroeger. Met de mepper’

### Strontvlieg

Van ‘bodyguard’ tot gladiator. In de arena van het amfitheater vecht hij met een kortzwaard en beukt desnoods met blote handen op tegenstanders in. Oefenen, vechten, strijden. Verliezen, winnen, weer verliezen. Opkrabbelen en overeind blijven. Om zich heen meppend om in leven te blijven. Tot hij er schoon genoeg van heeft. Na het zoveelste door zijn baas georganiseerde gevecht, eentje dat hij ternauwernood wint, raakt hij ernstig geblesseerd aan arm en schouder. Hij wil niet meer. “Ik moet opnieuw de arena in. Kan het niet meer opbrengen. Ik wil mijn meester spreken, maar hij heeft amper tijd en zegt dat ik een lastige strontvlieg ben. Van hem moet en zal ik doorvechten. Ik krijg een waas voor mijn ogen en grijp hem naar de keel. Ik wurg hem ter plekke.”

Finn blijft lang stil. Hij hervat zijn monoloog met: “Ik was sterk genoeg om zijn keel dicht te drukken met mijn blote handen. Opeens kwamen zijn wachters, mijn vroegere vrienden, op me af. Om mij te doden!” Het laatste geluid dat hij hoort, is het kraken van bot. Het duurt enige minuten voordat Finn verder vertelt. De privé-beveiligers komen aansnellen om hun baas te redden. Te laat. Ze begrijpen goed, dat door het overlijden van hun meester, hun functie overbodig kan worden. Uit frustratie - waarschijnlijk eveneens uit jaloezie aangezien hun ex-kameraad intussen hoger in rang is dan zij - beuken ze hun voormalige collega in elkaar, tot de dood erop volgt. Finn zucht en zegt: “Dat kraken van mijn botten lijkt verdacht veel op wat je hoort als je een kever of kakkerlak doodslaat met een mepper. Dáár komt dus mijn angst voor dat geluid vandaan. Bloedvlekken tegen de

muur na het platslaan van een spin, herinneren me aan alle keren dat ik tegenstanders tot bloedens toe verwondde. Dat wilde ik niet meer!”



### Doodlopende weg

Nu inzichtelijk is gemaakt waar Finns weerzin om te vechten, doden, bloed zien en gekraak aanhoren van geplette insectenpanters zijn oorsprong vindt, rond ik de sessie af. Met hem bespreek ik hoe hij eventueel toekomstige insecten binnenshuis veilig kan vangen. Direct doden is niet nodig. Leeg glas over een insect heen zetten, kartonnetje eronder en naar buiten brengen. Of een raam openen en een vliegend insect de goede kant uitrigeren, richting vrijheid, ondertussen met een doek wapperend. Een insect van je afslaan, wil niet meteen zeggen dóódslaan.

Toch blijf ik het plaatje van een vliegenmepper voor me zien. Raar. Oorzaak van het probleem gevonden in een vorig leven, geloofsovertuigingen bijgesteld, *future pace* gedaan. “Finn, ik blijf het beeld zien van een vliegenmepper. Kun jij misschien vertellen waar dat mee te maken heeft?” Stoere Finn krimpt ineen en stamelt: “Mijn moeder sloeg me vroeger. Met de mepper. Eigenlijk met alles wat ze in haar buurt had wanneer ze me wilde slaan. Ik was dat compleet vergeten.” Het daaropvolgende consult werken we verder aan weggestopte, traumatische ervaringen uit Finns jeugd. Regressietherapie in plaats van reïncarnatietherapie. Finns moeder had hem pijnlijk vaak uitgemaakt voor ‘lastig insect’. Op momenten dat ze haar leven niet aankon, gilte ze hysterisch tegen haar zoontje: “Ik wou dat je nooit geboren was!” en zette ze die uitspraak kracht bij door snoeihard te slaan. Met de hand, de vliegenmepper of een leren riem van zijn vader. Tot bloedens toe.



Finn verwerkte dankzij therapie oude pijn en leerde dat hij waardevol is als mens, net zoals insecten hun nut hebben in de natuur. Zijn ‘insectenfobie’ verdween. Bij het laatste consult gaf hij me breed grijnzend een cadeautje, dat ik tot op de dag van vandaag een paar keer per jaar in de zomer gebruik. Zodra vervelende wespen of hoornaars ondanks mijn positief aangewende gedachtenkracht (‘Dáár kun je naar buiten!’) weigeren weg te vliegen, dreig ik ermee. Of sla ik ze alsnog plat. Met een plastic vliegenmepper waarop de afbeelding is aangebracht van het verkeersbord: doodlopende weg. Finn vond dit een “hilarisch cadeau voor iemand zoals ik die met ‘de dood’ werkt.” •

