

De haremwachter die zich volpropte



Wanneer je geen of onvoldoende liefde krijgt van anderen, is jezelf troosten door het eten van zoetheid of een vette hap een snelle manier om je 'lekkerder' te voelen. Helaas is het fijne gevoel dat nuttigen van suiker en vet je geeft, meestal van tijdelijke aard. Reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele vertelt over Luuk, die in enkele maanden vele kilo's is aangekomen. Wat zit er achter zijn ongezonde eetpatroon? En waarom ziet ze Luuk 'veranderen' in een persoon die hij in een vorig leven was?

TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER

Vriend Luuk ontmoet ik in een brasserie rond lunchtijd. Na een stevige *big hug* van zijn kant, valt me op dat zijn gewicht behoorlijk is toegenomen sinds de laatste keer dat ik hem zag. Zijn ruime T-shirt spant om zijn bolle buik en zijn goedlachse gezicht is een beetje pafferig. Wanneer we samen aan tafel zitten, soep en een broodje gezond hebben besteld en een spiritueel onderwerp aansnijden, zie ik Luuk telkens veranderen. Voor mijn geestesoog worden zijn blauwe ogen bruin, zijn smalle lippen dik en vlezig en zijn ronde hoofd meer vierkant. Op Luuks kale hoofd 'zie' ik donkerbruine krullen, die bij een andere, dikkere en jongere figuur horen. Dat veranderen van zijn uiterlijk blijft in mijn hoofd gebeuren tijdens onze gezamenlijke lunch. Zulke indrukken hebben doorgaans een reden: iets wil gezien of gehoord worden. Ik besluit dus te zeggen wat ik zie.

'Toen ik een jaar of veertien was, werd mijn mannelijkheid me ontnomen'

Ik zit niet goed in mijn vel

"Nu ik zo met je praat, zie ik je de hele tijd in mijn hoofd veranderen, alsof een vorig leven van jou doorschemert. Iedere keer zie ik beelden van hoe je er ooit, lang geleden, uitzag. Een Noord-Afrikaanse man, waarschijnlijk een Tunesiër. Een kleine dikke man, een bewaker van vrouwen. Ik denk dat je eunuch was, zo'n man die gecastreerd was,

en daardoor bijzonder geschikt voor taken tussen veel knappe vrouwen in een harem. Je was diep ongelukkig in dat leven en je stouwde je vol met zoete en vette gerechten. Trouwens, het viel me daarnet op dat je dikker bent geworden. Hoe lang is dat al zo?" Luuk grijnst en zegt: "Ik zit al maanden niet goed in mijn vel. Ik weet dat ik te veel vette en zoete troep eet. Koeken en chocolade. Mijn relatie loopt niet lekker, maar als ik wat lekkers eet dan voel ik me wel beter, al besef ik best dat dat tijdelijk is." Ik herken dit troostmechanisme. Wat lekkers eten waarin veel suiker en boter zit, helpt mij ook als ik me verdrietig of alleen voel. Dan vul ik mijn maag met van die roze-met-gele-tompoezen. En op 'ik vind me heel erg zielig momenten' bak ik roomboterkoekjes, die ik direct achter elkaar opeet zodra ze warm uit de oven komen. Dat Luuk zich ongelukkig voelt in zijn relatie en veel vet en suiker eet, heeft bij hem ongemerkt een klein deurtje naar herinneringen aan een vorig bestaan geopend waar soortgelijke zaken speelden. "Heb je zin om dat leven voor me op te schrijven? Daar zit zeker een mooi verhaal in en wie weet geeft het je zelf duidelijkheid over waarom je nu zo verslaafd bent aan veel, vet en zoet eten." "Tuurlijk, ik begin nu ook nieuwsgierig te worden naar dat vorige leven."

Ibdel, de haremwachter

Een week later mailt Luuk: 'Ik ben er eens goed voor gaan zitten om het op te schrijven en dit kwam naar voren. Dit leven speelt zich af in de 12^e of 13^e eeuw in Noord-Afrika, in een omgeving die we nu kennen als Tunesië. Door mijn ouders ben ik als baby weggegeven aan mensen in het paleis van de sjeik. Dat paleis ken ik alleen vanbinnen, ik kom daar niet buiten. Grote ruimtes, bogen en bewakers met zwaarden. Als baby ontfermden enkele vrouwen uit de harem zich over me en voedden me op. Ze vonden me een leuke afleiding, ik was een jongetje waar ze voor konden zorgen. Als kind mocht ik in het paleis blijven wonen. Toen ik een jaar of veertien was, werd mijn mannelijkheid me ontnomen om de onschuld van de vrouwen waarbij ik verbleef niet te bezoedelen. Daarna negeerden mannen me en werd ik bespot door de vrouwen, omdat ik geen echte man meer was.

In opdracht van de sjeik houd ik zijn vrouwen in de gaten. Ik ben zijn en hun dienaar. Voor iedereen moet ik altijd klaarstaan. Ik heb geen eigen vertrekken en geen eigen spulletjes. Eten doet me mijn ongeluk vergeten. Ik heb zelfs geen eigen naam meer. Mijn echte naam was Ibdel, maar ze noemen me Khabjul, wat bespottelijk klinkt. Of dat in de naam of in de kleinerende manier van uitspreken zit weet ik niet, maar de spot druipt ervan af. Enkele vrouwen, die me al sinds mijn babytijd kennen, zijn aardig. Zij voelen zich ook ongelukkig en ik ben een beetje als hun broer, als een knuffelbeer voor wat genegenheid. Dat ik geen echte man meer ben, doet me verdriet. Pijnlijk vind ik het, dat na mijn castratie mijn sexappeal is verdwenen. Ik heb nog steeds seksuele gevoelens, maar die kan ik niet uiten. De meisjes en vrouwen in de harem zijn hier niet vrijwillig. Het is wel een eer om uitgekozen te worden door de sjeik, maar niet voor hen. Als ze niet meer voldoen,

worden ze afgedankt of verkocht. Dik of dikker zijn, geeft me aanzien. Zoet eten verdooft. De vrouwen mogen niet te veel eten, zij moeten er goed blijven uitzien voor de sjeik. Ze roken iets dat hun geest verdooft, waardoor ze net niet in opstand komen. Ik moet helder blijven en mag niet roken, dat is verboden. Ik moet de onderlinge vrede tussen de vrouwen bewaren, ervoor zorgen dat iedereen de regels van de sjeik eerbiedigt.

Ik voel me alleen en doodongelukkig. Ik verveel me en zoek afleiding in zoetigheid. Telkens als ik wat lekkers eet voel ik me goed, maar dat is tijdelijk. Het gevoel van ongelukkig zijn komt steeds keihard terug. Ondertussen begin ik een afkeer van mijn eigen lichaam te krijgen. Mijn vetrollen vind ik vies; ik haat mijn lichaam! Ik verdoof mijn geest en lichaam met gesuikerde vruchten om mijn ongeluk niet te hoeven voelen. Ongegeneerde volpropbuien. Druipend zoete vruchten. Dadels, honing, baklava. Straks ga ik nog dood aan een hartaanval! Ik ben een en al overgewicht en fysieke onbalans. Ik voel me rot na zulke vreetbuien, maar ja, wat moet ik dan? Ik kan niks veranderen, ik zit gevangen in een gouden kooi. Ik word niet oud, amper veertig jaar. Ik sterf al honinggebak etend, het zoet geeft me nog wat troost en gevoel van tevredenheid in al deze ellende.”

Gezonder eten

Luuks relatie met zijn vrouw loopt ‘niet zo lekker’; wederzijdse liefdesuitingen staan op een laag pitje. Hierdoor twijfelt hij aan zichzelf en aan zijn mannelijkheid en ‘dat vreet aan hem’. Ongelukkige gevoelens en onbeantwoorde seksuele verlangens dempt hij met eten van zoete en vette etenswaren. Hierdoor komt hij kilo’s aan. Dit alles maakt dat er ongewild herinneringen omhoogkomen aan een vorig leven: dat van de dikke ongelukkige eunuch, die zichzelf ‘geen echte man’ meer vond na zijn castratie en die zijn seksuele drang niet kwijt kon. Op dit moment leeft Luuk ‘als broer en zus’ met zijn vrouw, vergelijkbaar met Ibdel die door een aantal harem vrouwen als broer werd beschouwd. (Eet)overeenkomsten zijn er genoeg, maar juist door verschillen te benoemen tussen het leven van Ibdel te midden van de harem vrouwen én zijn leven nu, wordt Luuk zich bewust van het ongezonde eetpatroon waarin hij is vastgelopen. Te veel suiker en vet voedsel naar binnen proppen, biedt geen langdurige oplossing voor relatieproblemen.

Maanden later ontmoet ik Luuk opnieuw. Zijn behoefte aan chocolade, koeken en vette happen is afgenomen. Hij eet gezonder en sport. Overtollige kilo’s zijn aan het verdwijnen. Als ‘echte man’ probeert hij beter te communiceren met zijn partner over hun beider verlangens in de liefde. Eindelijk praten ze samen over hun onderlinge problemen én zoeken ze naar oplossingen.



(Relatie)problemen negeren door de aandacht te verleggen naar vreetpartijen, is niet goed voor een lichaam. Dat ik helderziende beelden over Ibdels leven waarnam, gaf Luuk de gelegenheid om op een speelse manier naar zijn ongezonde eetpatroon te kijken. Herinneringen aan dat voorbije leven kwamen precies op tijd om Luuk te ‘waarschuwen’. Inmiddels verliest hij zich niet langer in overmatige verorberen van suikerhoudende en vette producten. •



Eunuchen

Gecastreerde mannen (eunuchen) waren eeuwenlang in veel culturen vertrouwde dienaren en bewakers van de elite of aan het hof. Na castratie verminderde hun seksuele potentie en waren ze (doordat hun testikels waren verwijderd) niet meer in staat tot het verwekken van kinderen. Ze werden gezien als ‘veilig’ om in de nabijheid van harem vrouwen te verkeren. Het stelde heersers gerust, dat hun vrouwen of dochters niet verleid of zwanger gemaakt konden worden door eunuchen, wat de zuiverheid van de bloedlijn en de eer van de familie moest waarborgen. Vanwege hun positie hadden eunuchen toegang tot luxe maaltijden. In Noord-Afrikaanse harem paleizen was in Ibdels tijd het palet aan zoetigheden divers. Dunne laagjes bladerdeeg of griesmeelgebak gevuld met gemalen amandelen, gezoet met honing en geparfumeerd met rozenwater. Verse en gedroogde zoete vruchten: vijgen, dadels, sinaasappels, granaatappels. Dadelkoekjes, gezoet met honing of suikerriet. Gestoofde vruchten in mengsels van honing en kaneelspecerijen, of gezoet met sap van suikerrietstengels. Baklava en honingrijke desserts waren enorm populair. In een paleisomgeving was met zorg bereid zoet voedsel dé manier om gastvrijheid en luxe te laten zien. Trouwens, hormonale veranderingen na een castratie kunnen leiden tot stofwisselingsvertraging, wat gewichtstoename kan veroorzaken. Vele eunuchen hadden daarom ook moeite om hun hongergevoel en verzadiging te reguleren, waardoor ze sterk in gewicht aankwamen.