

KD september 2007

Werken aan herstel van de ziel

De sjamaan staat in zijn of haar helingswerk een aantal technieken ter beschikking die de eeuwen hebben getrotseerd en nu ook in het westen door steeds meer mensen wordt ontdekt als uiterst effectief. Een van die technieken is de soul retrieval.

De soul retrieval is een techniek die wordt gebruikt voor het terugvinden van een deel van de ziel. Veel oude volkeren kennen het 'verlies van de ziel' als een van de meest voorkomen oorzaken van geestelijke stoornissen, waarbij de hulp van een sjamaan onontbeerlijk is. In tegenstelling tot wat de overheersende gedachte is geworden in de westerse wereld kan ook in deze tijd door allerlei oorzaken iemand een deel van de ziel verliezen. Hierdoor zal iemand zich niet 'heel' voelen. Dit kan zowel op jonge als op oudere leeftijd gebeuren. Oorzaken kunnen zijn het verlies van een geliefd persoon, een grote schokkende gebeurtenis zoals een auto-ongeluk, bedreiging met de dood, bijna-doodservaringen, een manier van leven die niet in overeenstemming is met de levensopdracht, of door gebeurtenissen die voortkomen uit een vorig leven.

De psychologie heeft jarenlang naar het bestaan van de ziel gezocht, maar deze niet kunnen aantonen. Men zoekt de stoornissen van de geest nu voornamelijk in de hersenen. En daar valt wel wat aan te tonen omdat je hersenen – zo is aangetoond – zich via de neurotransmitters gaan aanpassen aan een negatieve levenshouding en depressiviteit kan veroorzaken. Maar je heen gaat ook vergroeiën als je op één heen probeert je weg te vinden in dit leven, terwijl je er twee hebt. Hersenen zijn niet meer en niet minder dan zeer functionele onderdelen van ons fysieke lichaam. Je ziel daarentegen is een essentieel deel van je hogere zelf dat er was voor je hier kwam en er is als je hier weer weg bent. Een volledig vermogen over je ziel zou je kunnen beschouwen als zijnde verlicht. We lopen dus allemaal met min of meer beschadigde zielen rond. Is deze beschadiging groot dan treedt er vaak een gedragsstoornis op die door middel van een soul retrieval kan worden herteld.

Kort geleden is een boek verschenen van Alberto Villoldo over soul retrieval, met als titel 'Afdalen in je ziel'. Maar een van de meest bekende beoefenaars van deze techniek is Sandra Ingerman. Zij schreef hierover het boek 'Soul Retrieval, Mending the fragmented self'. Ingerman is een leerling van Michael Harner, de man die het zogenaamde 'kernsjamanisme' in de westerse wereld heeft geïntroduceerd. Sandra Ingerman brengt als psycholoog twee werelden bij elkaar; de moderne westerse psychologie en de eeuwenoude werkwijze van de sjamaan. Ze heeft aangetoond dat haar werkwijze baat heeft bij zeer veel mensen. Je kunt het zo stellen dat de westerse geneeskunde het lichaam geneest, de psychologie onze psyche behandelt maar dat een sjamaan de ziel geneest,

waardoor het lichaam en de psyche kunnen volgen in dat genezingstraject.

Een sjamaan kan voor iemand op reis gaan om dat afgescheiden deel van de ziel weer terug te halen. Hij of zij doet dat door middel van een trancereis. Dit is een reis die op het geluid van de trommel wordt gemaakt. De sjamaan en de cliënt liggen zij aan zij. Helpers van de sjamaan drummen en bewaken de ruimte waarin wordt gewerkt. Een sjamaan werkt nooit alleen maar altijd in samenwerking met de geestenwereld en met haar of zijn krachtdieren. Zodra de sjamaan terug is van de reis wordt de zielsenergie terug 'geblazen' in de persoon. De plek hiervoor is de kruin en het borstbeen.

Voor de cliënt begint dan een proces van integreren van het teruggevonden deel, waarbij oude stukken pijn en emotie, die de reden zijn geweest van het verlies, ook terugkeren. Voor een cliënt is het van belang dat er mensen zijn die hem of haar kunnen bijstaan om die terugval in oude stukken op te vangen. Dit kan een therapeut of de sjamaan zelf zijn, maar ook mensen uit zijn of haar omgeving. In ieder geval zal diegene er klaar voor moeten zijn en zodanig het leven hebben veranderd dat er niet weer in die oude patronen wordt teruggevallen.

Een van de mensen in Nederland die al langer met soul retrieval is verbonden is Tineke ten Cate van de School voor Sjamanisme. Zij heeft bij het instituut van Micheal Harner en bij Sandra Ingerman een opleiding gevolgd om soul retrieval te kunnen toepassen. Haar eerste kennismaking met de soul retrieval was gedurende haar opleiding bij de School voor Sjamanisme waar Annika Zilliacus een training zou komen geven. Omdat ze daar dat weekend niet bij kon zijn heeft ze Annika gevraagd een soul retrieval bij haar te doen. Het resultaat daarvan was dat ze weer de beschikking kreeg over 'oude' krachten, zoals Annika dat benoemde. Die krachten voelde ze inderdaad terugkeren, met name de krachten van het driejarig kind. Door haar situatie destijds had ze die krachten opgegeven of weggegeven. Door de integratie ervan bleek ook dat ze spontaner kon zijn in plaats van de toeschouwer die ze daarvoor was. Ook oude kennis van de voorouders kwam bij haar terug. Dat deed haar besluiten om deze techniek ook te leren. Eerst bij Jonathan Horwitz later dus bij Sandra Ingerman. Het sprak Tineke vooral aan dat Sandra Ingerman een psychotherapeut is maar tevens verbonden is met deze eeuwenoude techniek. Ingerman is zelf ook sjamaan. Het was voor Tineke ten Cate belangrijk om het te leren van een blanke gestudeerde vrouw en niet per se van een sjamaan van de oude traditie. Dat was haar wel geadviseerd door Way Turorah, een sjamaan uit Nieuw Zeeland. Maar de hulpgeesten van Tineke ten Cate adviseerde haar dat niet te doen.

Bij Ingerman leerde Tineke ten Cate niet alleen te reizen voor mensen die door trauma zielsdelen zijn kwijtgeraakt maar ook voor mensen die ziek zijn. Met name die ziekten die de organen betreffen. Bij systeemziekten zoals reuma en bloedziekten schijnt soul retrieval niet te werken. Maar niet alleen voor mensen werkt een soul retrieval. Ook voor gebouwen, huizen, natuur, bomen kan een soul retrieval werken. De reden is dat

sjamanen ervan uitgaan dat alles een ziel heeft, dus ook zielsdelen kan kwijtraken.

Een soul retrieval kan volgens Tineke ten Cate voor iedereen baat hebben. Iedereen heeft zielsverlies. De een meer dan de ander. Bij een gesprek met iemand kijk je heel nauwkeurig wat er nodig is. Ze geeft hierbij aan dat er overigens vaak meer uit moet dan dat er weer iets in moet. En dan gaat het om een emotionele blokkade waar iemand zich bewust van moet zijn, daar therapie voor heeft gehad. Het is in ieder geval niet zo dat er direct kan worden overgegaan tot een soul retrieval. Er zijn eerst een of meerdere gesprekken en na de soul retrieval volgen die ook. Wat Tineke ten Cate de mensen ook altijd vraagt is om iemand uit de directe omgeving erbij aanwezig te laten zijn. Dit om het zielsdeel ook te verwelkomen in de eigen kring. Ze vraagt dit omdat de integratie van het zielendeel bijna altijd te maken heeft met die omgeving. Blijft die omgeving buiten spel staan dan zal de integratie ook moeilijker zijn. Het kan zelf zijn dat een zielsdeel opnieuw het lichaam verlaat als bijvoorbeeld de oorzaak van het weggaan van het zielsdeel niet is achterhaald, duidelijk is of is blijven bestaan. Zoals dat bijvoorbeeld het geval kan zijn bij misbruik. Als dat niet is opgelost, dan kan het zielsdeel zelfs verder weg raken dan daarvoor. Er is dus een grote noodzaak goed naar iemands situatie te vragen en daar naar te kijken. En in sommige gevallen adviseert Tineke ten Cate zelfs om eerst in therapie te gaan.

Het is volgens Tineke ten Cate ook een 'wet' dat iemand die een soul retrieval wil ondergaan bereid moet zijn het oude los te laten om het nieuwe een kans te geven. Overigens zegt ze erbij dat dit uiteraard niet alleen opgaat voor iemand die een soul retrieval doet, maar voor veel situaties in het leven. Weigeren doet ze iemand niet. Ze zal ook altijd haar spirits vragen om advies, of er nu twijfel is of niet. Geven haar spirits aan dat zij geen soul retrieval kan doen dan geeft ze daar ook gehoor aan. Er ontstaat dan een ander contact met iemand, waarbij later die vraag zich misschien weer aandient.

Jos Kester

www.spiritcompany.org

Voor meer informatie over Tineke ten Cate en de soul retrieval:

www.schoolvoorsjamanisme.nl

Jonathan Horwitz

www.shamanism.dk

The Foundation for Shamanic Studies van Michael Harner

www.shamanism.org

Annika Zilliacus

www.scheerderzilliacus.com

Boeken:

Sandra Ingerman

Soul Retrieval – Mending the fragmented self – HarperCollins 1998

Alberto Villoldo
Afdalen in je ziel – 2007 Ankh-Hermes