

geerde. Ook al zijn de omstandigheden waaronder moeder en dochter elkaar nu opnieuw tegenkomen (geboorte van Suusje) totaal anders dan honderden jaren geleden (verdrinking van een kindje), José's handen en onderarmen herinneren zich de kou en de pijn van de laatste keer dat ze elkaar zagen. Wat José tijdens het consult te weten komt, werkt ze later uit tot het volgende verhaal: 'Het is ergens lang geleden gebeurd, wel drieduizend jaar geleden. Wij zijn daar ook moeder en dochter. Het is ergens in Mongolië, die kant uit. Een toendragebied. Ik ben een meisje van ongeveer zeventien jaar oud, maar ik heb al een kindje, een dochtertje van bijna drie jaar. Ik had een man, maar die is er niet meer. Met mijn kindje woon ik met meerdere vrouwen bij elkaar op de toendra. We leven als nomaden. Telkens zoeken we een ander onderkomen op beschutte plekken, in de winter in grotten in de bergen. Het moederschap verloopt niet vlekkeloos, ik ben ook nog zo jong. Die kleine uk is mijn leven gaan bepalen. We hebben een lange weg afgelegd en zijn nu onderweg ergens naar toe. In de herfst gingen we al op pad omdat we niet genoeg voedsel en beschutting hadden. De winter nadert, het is kouder dan gewoonlijk. We zijn met zijn vijftien. Ik loop in een open gebied, op een kale vlakte. Met zijn allen volgen we de loop van de rivier. Dit deel van het jaar stroomopwaarts, het andere deel van het jaar, in het voorjaar, stroomafwaarts. We lopen met de rivier mee. Ik word moe van het lopen. Het is koud, nevelig en mistig. Min tien of zo iets. Mijn handen zijn paars van de kou. Af en toe draag ik mijn dochtertje, soms moet ze lopen. Ik houd haar handje vast. Het tempo van de groep is voor mij amper vol te houden, ik raak steeds meer vermoeid. Om het hongergevoel en de kou te vergeten ben ik met mijn aandacht bij de rivier, bij hoe ik moet lopen, bij waar ik mijn voeten neerzet. Ineens ben ik haar kwijt! Ik gill! Ik krijs! Mijn kindje is ineens weg! In het water van de rivier! Ze drijft in het water! Ze wordt door andere vrouwen uit de rivier gehaald. Ik probeer met mijn handen in het ijskoude water haar mee op het droge te trekken. Ze is koud, onderkoeld. Haar gezichtje heeft een lijkkleur. Ik ben een slechte moeder, ik zag niet dat ze in het water terechtkwam. Ik ga aan haar lijfje schudden, maar ze ademt niet meer. Ik houd mijn kindje in mijn armen. Ze is ijskoud. Ik zak in elkaar, met haar in mijn armen. Het is zó koud!'

### EEN BRIEF

De moeder sterft kort na deze verschrikkelijk verdrietige gebeurtenis. Vanwege ondervoeding, kou, verdriet en schuldgevoel. In leven blijven hoeft voor haar niet meer.

Haar hart begeeft het. Op het moment dat José als trotse moeder haar pasgeboren dochter Suusje in haar armen houdt, herinnert ze zich op onbewust niveau een gebeurtenis uit een voorbij leven. Een leven waaruit ze elkaar kenden, een leven in dezelfde verhouding: moeder/dochter. José krijgt na de geboorte van Suusje last van eczeem en de paarsblauwe vlekken op haar handen en armen worden erger naarmate Suusje de leeftijd krijgt waarop de peuter in het vorige leven verdronk. Als onderdeel van de therapeutische afronding van de traumatische gebeurtenis uit het verre verleden, laat ik José een brief schrijven, gericht aan haar kindje van toen en aan haar handen. Haar huidige lichaam moet gaan begrijpen dat 'schaamte over blauwe plekken van de kou' niet meer bij het hier en nu hoort, maar bij een vorig leven dat is afgelopen. José schrijft: 'Lieve handen. Ik wil jullie graag laten weten dat er een stukje schuld af kan. Jullie denken nog steeds dat je iets hebt nagelaten, maar jullie hebben geprobeerd haar uit het water te halen, haar geprobeerd tot leven te wekken en jullie hebben haar gedragen. Alles wat toen mogelijk was, hebben jullie gedaan. Ik was pas zeventien jaar, mijn dochtertje bijna drie. Het weer zat tegen, we hadden al een lange reis achter de rug. Ik was doodmoe. De groep liep een eind voor ons uit en met de geringe energie die ik had, moest ik de groep en de loop van de rivier goed in de gaten houden. Toen ik gegil hoorde, hebben jullie, lieve handen, toch nog het nodige geprobeerd. Jullie bleven steken in dat verhaal, maar dat hoeft niet meer. Wat jullie toen konden doen, hebben jullie gedaan. Ik wil jullie, lieve handen, bedanken omdat jullie mij eraan herinnerd hebben waar ik ben blijven steken in dat vorige leven. Ik ben er nu achtergekomen dat ik verder kan. Het is nu bijna drieduizend jaar later en ik krijg de unieke kans met Suusje om het af te ronden onder veel betere omstandigheden dan toen. Dus lieve handen en armen, jullie hoeven niet meer paars en blauw te blijven, want dat oude verhaal is afgelopen. José.'

Voor het eerst sinds de geboorte van Suusje gaat het stukken beter met José's eczeem. De huid op haar handen en onderarmen is minder gevoelig geworden en springt bij kou niet meer open. Paarsblauwe eczeemplekken zijn lichter van kleur en trekken langzaam weg. De dermatoloog waar José maandelijks op controle komt, reageert op het verbeteren van haar eczeemhuid met: "Wat fijn voor u mevrouw. U bent klaarblijkelijk over uw eczeem heen gegroeid." In zekere zin heeft deze huidspecialist gelijk. Soms gaan er eeuwen overheen en groeit de ziel, maar ik vraag me af of hij dat bedoelde... ■

'Ik ben een slechte moeder, ik zag niet dat ze in het water terechtkwam. Ik ga aan haar lijfje schudden, maar ze ademt niet meer'



### Win het boek!

Een gratis exemplaar van het boek *Reïncarnatieverhalen* (Marianne Notschaele, ISBN 9789020208948) ontvangen? Mail de redactie en geef aan waarom jij juist dit boek graag wilt winnen: [redactie@paravisie.nl](mailto:redactie@paravisie.nl)