

Soulretrieval

Geschenk van een sjamane

Een roep bracht Tonia bij de integratief werkende sjamane Greet Mermans, die haar met zang en trommels door visioenen naar een verloren gelopen stukje ziel leidde. Zij ervoer dit als een bijzondere ervaring.

Tonia Op de beeck

Het was een echte roep, een attractaat, die me op een zonnige ochtend aan de voordeur van de praktijk van Greet Mermans bracht. Greet is geen onbekende voor de Educatieve Academie. Zij werkt als psychotherapeute en volgde er de opleidingen Familieopstellingen, EMDR en Rouw & verlies. Daarnaast is Greet ook sjamane en het was dat luik van haar werk dat me had aangetrokken. Een bevriende therapeute had me verteld over Greet en hun gezamenlijke reis naar Peru. Dit had me geprikkeld en daarom was ik eens

een kijkje gaan nemen op haar site. Het was het woord 'soulretrieval' dat me meteen opviel. En toen ik las wat dit inhoudt, wist ik meteen dat het een mooie stap zou zijn in het proces waar ik momenteel doorga.

De reis van de sjamaan

Soulretrieval is niet iets dat je doet uit nieuwsgierigheid. Het is een geschenk dat je ontvangt van de sjamaan en je kan dit geschenk enkel ontvangen als je er klaar voor bent. Klaar zijn

betekent dat er in de eerste plaats voldoende vertrouwen is in de begeleider, zodat je je als cliënt volledig kan overgeven aan het proces. Daarnaast vraagt het ook een zekere verantwoordelijkheid. Je moet willen kijken naar je leven. Soms kan het ook zijn dat er eerst nog stukjes geheeld moeten worden voor er met de soulretrieval kan gestart worden. De soulretrieval op zich is een reis die de sjamaan voor de cliënt maakt. Tijdens deze reis is de sjamaan verbonden met de cliënt via aanraking. Het is de sjamaan

WAT IS SOULRETRIEVAL?

Gedurende het leven zijn er momenten waarop een deel van de oorspronkelijke ziel zich afsplitst en teruggaat naar een andere dimensie. Dat gebeurt bij iedereen. Het kan een traumatische ervaring zijn, een ingrijpende gebeurtenis in de jeugdijaren. Het kan ook gewoon gebeuren doordat de ziel zich op een bepaalde manier niet welkom weet op aarde, in het oorspronkelijke gezin of in de maatschappij. Op dat moment, als er niet voldoende steun of begrip is vanuit de omgeving, kiest de ziel ervoor om dat deel af te splitsen, om verder te kunnen (over)leven. Dit afgesplitste deel kunnen we in een latere fase van ons leven als een gemis ervaren. Soulretrieval is een ritueel, waarbij dat stukje ziel terug wordt opgehaald. Als we alle verloren stukjes weer terughalen, herstelt de oorspronkelijke ziel zich en voelen we ons weer 'heel'. Dan kunnen we de meer vervullende weg van het zielepad gaan, en doen waarvoor we hier op aarde gekomen zijn, in harmonie met onszelf en de wereld rondom ons. Deze methode wordt al eeuwen lang gebruikt, in alle culturen over heel de wereld. Ook in onze cultuur hebben wij vandaag weer toegang tot deze werkvorm, die direct en effectief is.



die al het werk doet en die op zoek gaat naar het verloren stukje ziel.

De benedenwereld is de plek van de schaduw en ook van duistere energieën. Om daarin te reizen heb je echt de nodige ervaring en kennis nodig dus dat laat je het beste over aan een ervaren sjamaan. Hij of zij komt bij dit werk in een trance en gaat 'op reis'. De reis wordt gestart aan de levensboom van de sjamaan. De wortels van de boom staan voor de benedenwereld, de stam voor de wereld waarin we leven en de takken en kruin voor de bovenwereld. Verloren stukjes ziel bevinden zich meestal in de benedenwereld, dus daalt de sjamaan af naar deze bijzondere

wereld en krijgt daar vanalles te zien. Hij of zij vertrouwt volledig op zijn of haar intuïtie en interpreteert de symbolen en synchroniciteiten die worden opgemerkt. Wanneer het verloren stukje ziel wordt gevonden, wordt er gevraagd of dit bereid is om mee te gaan. Indien het stukje ziel meewil, wordt het door de sjamaan ergens in het lichaam van de cliënt ingeblazen en dan begint het werk voor de cliënt pas.

Integratief

Greet Mermans voelde als kind al een sterke connectie met de natuur. Ze had van jongsaf meer vertrouwen in planten en dieren dan in

de mens. Het energetisch werken is voor haar altijd iets natuurlijks geweest en dit zette zij reeds onbewust in bij haar werk als dierenarts. Vervolgens ontwikkelde ze haar intuïtie op lange reizen rond de wereld en daarna tijdens de zeven jaar dat ze studeerde aan de Dansacademie in Tilburg. Na de geboorte van haar twee kinderen begon ze zich bewust te verdiepen in het sjamanisme. In 2001 ontmoette ze haar leraar Frank Coppieters via het Oost West Centrum. Dit was voor haar echt thuiskomen. Door hem werd ze ingewijd in de lijn van Joska Soos: Hongaars sjamaan en de vorige eeuw pionier in België. Tot vandaag is ze in de leer bij Frank en zijn vrouw



Kathy Melcher. In 2004 ontmoette ze haar lerares Ema'a Drolma Mata, wat opnieuw een mijlpaal betekende in haar leven. Deze Franse sjamane bracht haar op het Incapad en op het pad van de sacrale medicijnen in Peru. Sindsdien heeft ze reeds vele mensen meegenomen op reis naar Peru. Met de Noord-Amerikaanse traditie heeft ze van kinds af aan een sterke connectie, die gevoed werd door de lessen van Dirk Gekhiere, met de ceremonies van Vision Quest en Zweethut. En zo kwam Greet tot universeel sjamanisme, een integratieve vorm van sjamanisme. Het integratieve is helemaal ingebed in haar manier van werken. Zij volgt de cliënt en wat er wordt ingezet, is afhankelijk van de vraag en waar de cliënt voor openstaat. Greet heeft een grote

zak met tools, waaruit ze naast de opleidingen die ze bij EA volgde en het sjamanistisch werk onder andere ook Reiki, B.E.T. (bewegingsexpressietherapie) en Transformational Breathing kan opdiepen. Met Soulretrieval kwam ze reeds 20 jaar geleden in aanraking. Toen ze dit voor het eerst toepaste, werd ze diep geraakt door de efficiëntie van dit werk. Het is een manier om terug heel te worden op zielsniveau. Rationeel is het sjamanistische werk meestal niet te verklaren, maar de resultaten zijn voor de deelnemers vaak ontroerend en zinvol op lange termijn.

Comfortabel

Het zijn de ogen van Greet die me onmiddellijk opvallen als ze de deur opent. Het zijn ogen

die warmte uitstralen en heel veel wijsheid. Ze vraagt me mijn schoenen beneden te laten staan en onthaalt me in een prachtige, grote zolder-ruimte, met diverse trommels aan de muren. Ik krijg een lekker theetje en ze vraagt me waarom ik graag een soulretrieval zou ontvangen. Bij die vraag springen de tranen meteen in mijn ogen. Greet reikt me wat zakdoekjes aan en haar luisterend oor. Ik vertel haar dat ik recent tot het inzicht ben gekomen dat ik enkel bestaansrecht lijk te hebben als ik zorg voor anderen of als ik actief dingen doe. Gewoon 'zijn' is niet aan de orde. De opleiding familieopstellingen die ik momenteel volg en de opstellingen die ik deed, brachten me heel wat inzichten hierrond. Ik zie waar het vandaan komt en ik heb al heel wat

mogen teruggeven aan mijn voorouders, maar ik lijk ook echt een stuk van mezelf kwijt te zijn. Wanneer ze me vraagt sinds wanneer ik denk dat ik een deel van mezelf ben verloren, komt er een beeld uit een opstelling naar boven. Ik slik even en geef met een klein stemmetje mee dat ik vermoed dat ik dit misschien al bij mijn geboorte ben kwijtgespeeld. Greet stelt voor om aan de slag te gaan. Ze vraagt me om te gaan liggen op een mat in het midden van de ruimte en ik mag zelf kiezen in welke richting ik wil gaan liggen. Ik kies ervoor om met mijn aangezicht naar het grote raam te liggen. Greet schuift een kussen onder mijn hoofd en mijn benen en legt een warm dekentje over me heen. Ik mag mijn ogen sluiten en verder hoef ik niets te doen. Greet deed ondertussen haar sjamanen-kleed aan en begint te zingen. Ik wordt me bewust van haar stem en de trom die ze ook inzet.

Trommelende visioenen

Ik merk dat ik moeilijk uit mijn hoofd geraak en dat mijn lichaam er vrij gespannen bijligt. Na een tijdje neemt het geluid van de trom me helemaal mee. Het geluid begeleidt me naar binnen en ik begin kleurrijke golven te zien. Hier en daar verschijnt er ook kort het beeld van dierlijke ogen op mijn netvlies. Is dat misschien een wolf, een havik en een eland? Ik doeel wat weg en heb heel korte dromen. Ik zie mijn beste vriendin en haar jongste dochter. En dan hoor ik de trom weer. Vervolgens zie ik mezelf werken met plantjes in de tuin. En daar is de trom weer en het zingen. Ik wordt me ook bewust van veel beweging boven me. Is dat een waaier? Het is ook fris. Werd het raam opengezet? En ik ruik een bijzondere geur. Ik doeel weer even weg

en voel meer en meer rust. En dan voel ik dat Greet met haar warme adem iets in mij blaast, ter hoogte van mijn navel. Ik laat het allemaal maar gebeuren en geef me helemaal over. Ik voel me nog rustiger en vermoed dat het ritueel stiltesaan ten einde komt. Dat is buiten mijn lichaam gerekend. Het komt opeens in actie en ik begin te trillen. Nu is trillen me niet echt vreemd door al het lichaamswerk dat ik deed, dus ik geef me over en de bewegingen worden groter en groter. Ik begin te stampen en mijn voeten komen steeds opnieuw dichterbij mijn zitvlak, waarop mijn benen zich uitstrekken en het trillen opnieuw begint.

Lang moeten zwijgen

Bij de nabespreking vertelt Greet me dat het wel leek of ik mijn leven opnieuw diende te doorstappen. Mijn heupen beginnen ook mee te doen en uiteindelijk maak ik ook rolbewegingen. Greet stimuleert me om ook mijn stem in te zetten door zelf mee geluid te maken. Niet makkelijk voor me, maar ik geef me over en merk dat het geluid dat uit mijn keel komt aanzwelt tot ik echt lig te gillen. Ik kom even tot rust en open mijn ogen. Greet zit over me gebogen en weer vallen haar stralende ogen mij op. "Zo lang moeten zwijgen", zegt ze. Dat raakt me en mijn tranen stromen. Mijn lichaam gaat mee in het verdriet en begint weer te schokken en ik begin opnieuw veel geluid te maken. Wie had gedacht dat ik zoveel decibels in me had? Uiteindelijk ebt alles weg en kom ik echt tot rust. Ik zet me recht en ben heel blij met mijn keuze om met mijn aangezicht naar het raam te gaan liggen. De zon en de bomen buiten onthalen me, samen met een klein vaasje met bloemen, een mooi kleed, een

bel en de afbeelding van de Egyptische figuur Hathor op de vensterbank.

Hathor is de godin van zang, dans, liefde, seksualiteit, erotiek, muziek, moederschap en vruchtbaarheid. Hoe toepasselijk want wat ik net meemaakte was echt een geboorte. De geboorte van een nieuwe 'ik' waarin een verloren gegaan stukje ziel terug een plek vond.

Speels en licht

We zetten ons nog even samen en Greet vraagt me wat ik ervaren heb. Zij deelt ook wat zij gezien heeft. Dit is uitzonderlijk omdat dit verhaal verwarrend kan zijn. Ik kan het wel plaatsen en ervaar het echt als een geschenk. "Nu is het belangrijk dat je plaats kan maken voor dit stukje ziel in je leven", zegt Greet. "Geef het ruimte, sta er bij stil, mediteer zodat het zich welkom voelt. Want zo niet kan het wel eens zijn dat het weer vertrekt". Mijn ziel heeft water en zachtheid nodig, vertelt ze me. De volgende dagen mediteer ik met op de achtergrond het geluid van dolfinen. Ik begeef me veel vaker naar het zwembad en beeld me daar in dat ik een zeemeermin ben die op een speelse manier de onderwaterwereld verkent. En er komt nog meer water aan, want ik ga op zeilcursus. Hoe perfect kan de timing zijn!

Ik besef dat dit werk wat tijd vraagt om te integreren, maar toch begin ik me al na een paar dagen ietwat anders te voelen. Ik heb zin om kleedjes te kopen, mijn vrouwelijke kant toont zich meer. En ik voel me speelser, vrolijker en zelfs iets lichter. Wat heb ik dit gemist! Dankjewel, Greet!