

# Stemmen horen



***Kees Aaldijk***

*transpersoonlijk coach en therapeut*

*06 142 742 93*

*[www.transpersoonlijk.nl](http://www.transpersoonlijk.nl)*

Gepubliceerd in Weerklank  
maart 2007

## Stemmen horen

*Sommige mensen horen stemmen, andere hebben het gevoel dat ze belaagd worden door iets of iemand, een onzichtbare indringer die voortdurend in de buurt is. De aanwezigheid van entiteiten is een probleem dat bij nogal wat mensen voorkomt, maar dat in veel gevallen goed valt op te lossen. Angst en boosheid helpen niet, maar met licht en een positieve instelling laten de meeste demonen zich welverdrijven, vooral als je begrijpt waar ze vandaan komen.*

### **Achtervolgd door de duivel**

*Theo is dertig jaar en zijn leven wordt beheerst door angst voor de duivel. Als tiener heeft hij met zijn vrienden spiritistische spelletjes gedaan en 'glaasje gedraaid'. Hij heeft toen geesten opgeroepen en daarbij is hij ook de duivel tegengekomen. Sindsdien heeft hij last van angstaanvallen, slaapproblemen en nachtmerries. Regelmatig ziet hij in gedachten beelden van de duivel. Hij is al bij een psycholoog en een psychiater onder behandeling geweest en heeft allerlei medicijnen geslikt, maar de duivel is hij nog steeds niet kwijtgeraakt.*

Zomaar een voorbeeld uit de praktijk. De reguliere psychotherapie weet met dit soort problemen niet goed raad omdat ze er geen verklaringsmodel voor heeft. Vanuit een transpersoonlijke benadering kan er echter een structuur worden geboden, die het mogelijk maakt om aan een oplossing te werken.

### **Alles is energie.**

Als we ervan uit gaan dat elke emotie en elke gedachte energie vertegenwoordigt, dan kunnen we ons voorstellen dat alles wat we voelen en denken, als een wolk van energie om ons heen hangt. Toevallige gedachten verdwijnen na enkele seconden weer uit ons energieveld, maar vaste overtuigingen en ingrijpende emotionele ervaringen kunnen we somswel jarenlang met ons meedragen. Ze vormen dan stabiele patronen in onze emotionele en mentale lichamen. Deze 'lichamen' zijn de energievelden die onze aura vormen en waarin onze gevoelens en gedachten met ons verbonden blijven. Die energieën blijven niet tot onszelf beperkt, we zenden die gedachten en emoties ook uit naar de wereld om ons heen. We worden namelijk niet alleen omringd door de fysieke werkelijkheid met zijn tastbare vormen, maar we zijn ook omgeven door een onzichtbare wereld van subtiele energieën waarin emoties en gedachten als patronen aanwezig zijn. Wij zelf sturen dit soort energieën die subtiele wereld in en omgekeerd ontvangen wij daaruit ook de gedachten en emoties van anderen. Die energieën kunnen we ervaren als onbestemde gevoelens of als innerlijke beelden. Mediums kunnen ze zien in hun helderziende waarnemingen. Ons eigen emotionele lichaam fungeert daarbij als een antenne die mee resoneert op de energieën die in de omgeving aanwezig zijn. Wanneer die omringende energieën harmoniëren met de onze, dan kunnen we ons daarbij erg op ons gemak voelen. Wanneer het vreemdsoortige energieën zijn, dan kunnen we angstig of onrustig worden. Die uitwisseling merken we in het bijzonder wanneer mensen in groepen bij elkaar zijn. Je kunt dan worden opgenomen in zo'n groepsenergie. Dat kan op feesten heel plezierig zijn, maar groepsenergie kan je er ook toe brengen dingen te zeggen of te doen die eigenlijk helemaal niet bij je passen.

### **Lagen van de werkelijkheid.**

De wereld van de subtiele energieën bestaat uit vele lagen, die allemaal door elkaar heen lopen en toch van elkaar gescheiden zijn. Je kunt dat vergelijken met het signaal van de kabel tv waarin ook een groot aantal verschillende zenders gelijktijdig aanwezig is. Al die lagen bevinden zich op verschillende energieniveaus. Op de lagere niveaus overheersen energieën die

angstige en sombere gevoelens vertegenwoordigen. De hogere niveaus vertegenwoordigen liefdevolle gevoelens en ervaringen.

Op de *lagere emotionele* niveaus ervaren we gevoelens van boosheid, afgunst, wrok en angst. Gevoelens die onze afgescheidenheid van anderen benadrukken. Op de *hogere emotionele niveaus* overheersen gevoelens van sympathie, liefde en mededogen. Het zijn gevoelens die ons verbinden met anderen. Op de *lagere mentale niveaus* bevinden zich onze concrete gedachten over tastbare dingen. Doorgaans zijn deze gedachten verbonden met oordelen en emotionele overtuigingen. De *hogere mentale niveaus* gaan over abstracties en over denkbeelden die niet beïnvloed worden door voorkeur of afkeur, waardoor we de waarheid op een objectieve manier kunnen vinden. Nog hoger is het *causale niveau*. Dit is het niveau van het vormloze, stralende licht en van onze inspiratie vanuit de ziel. Van hieruit kunnen we ook contact maken met de hogere spirituele werkelijkheid die nog boven het causaleniveau uitstijgt.

Die subtiele wereld is niet alleen de plaats waar gedachten en gevoelens vorm aannemen. Wanneer iemand overlijdt en zijn fysieke lichaam achterlaat, dan komt de overledene ook terecht in deze zelfde wereld van subtiele energieën en wel op het niveau dat in overeenstemming is met zijn eigen capaciteit om licht toe te laten. Zoals we ook in het dagelijkse leven aansluiting zoeken bij mensen die dezelfde interesses hebben als wijzelf, zo gaan we ook na onze dood naar gelijkgestemde energieën. In die energetische wereld bewegen overledenen en energetische beelden dus door elkaar heen. De emotionele beelden vallen langzaam uit elkaar, tenzij ze voortdurend worden gevoed door nieuwe aandacht. De overledenen verlaten na verloop van tijd ook het emotionele niveau. Ze komen dan eerst op het mentale niveau en vervolgens op het causale niveau van bewustzijn terecht, totdat ze opnieuw incarneren. Wanneer je op dit causale niveau belandt dan zijn het emotionele en mentale lichaam al opgelost, waardoor bij de volgende incarnatie de herinnering aan het voorgaande leven is verdwenen. Of de overledene bewust is van zijn verblijf in het causale gebied of niet, hangt af van het ontwikkelingsniveau van de monade, onze kern. De meeste mensen hebben nauwelijks zielsbewustzijn, waardoor ze na hun dood het verblijf op het causale niveau slapend zullen doorbrengen. Alleen mensen die hun zielsbewustzijn voldoende hebben ontwikkeld, zullen zich bewust kunnen zijn van hun verblijf op het causale niveau, waardoor ze in staat zijn om ook daar nog nieuwe ervaringen te verzamelen.

### **Entiteiten**

Emoties en gedachten vormen energiepatronen in de subtiele werkelijkheid. Die patronen lossen na verloop van tijd weer op, wanneer ze niet langer door ons denken en voelen worden gevoed, zoals ook een stenen gebouw na verloop van tijd vervalt wanneer het niet met aandacht wordt onderhouden. Hoe meer we onze aandacht op iets richten, des te meer energie het krijgt en des te langer het ook in stand blijft. Zo kunnen onze gedachten en emoties uiteindelijk bepaalde energiepatronen vormen in de subtiele wereld. We kunnen dit entiteiten noemen. Zo'n entiteit is niet alleen afhankelijk van onze persoonlijke aandacht, maar voedt zich ook met de aandacht en de energie van anderen, die dezelfde overtuiging zijn toegedaan. Dus hoe meer mensen een bepaalde overtuiging hebben, des te sterker wordt de energetische structuur die de entiteit bezit. Op de lagere niveaus van de emotionele werkelijkheid verzamelen zich entiteiten die jaloezie, boosheid, angst en agressie vertegenwoordigen. Op de hogere niveaus bevinden zich entiteiten die vervuld zijn van liefde en blijheid. Wij ervaren die energieën omdat ons eigen energielichaam erdoor wordt geactiveerd, zoals een stemblok wordt geactiveerd door klanken uit de omgeving.

Ook gestorven mensen zijn entiteiten, maar deze bezitten een kern die onverwoestbaar is. Dat is de monade die onze essentie vertegenwoordigt. Deze monade is tijdens ons leven omhuld door een fysiek lichaam en ook nog door een emotioneel, een mentaal en een causaal lichaam.

Wanneer het fysieke lichaam na ons overlijden desintegreert, dan blijven in eerste instantie het emotionele, mentale en causale omhulsel intact. Deze energetische mantels bepalen de afstemming van de overledene bij de dood. Op de lagere emotionele niveaus bevinden zich dan de energieën van overledenen die boos of angstig zijn. Maar ook van gestorvenen die in verwarring zijn, omdat ze bijvoorbeeld door plotseling geweld om het leven zijn gekomen. Gelukkig is er hier ook hulp aanwezig om deze entiteiten bij te staan en vooruit te helpen. De hogere niveaus waar we na ons overlijden terecht kunnen komen representeren licht en liefde.

### **Contacten met de geestelijke wereld**

Verreweg de meeste mensen leven vanuit hun emotionele bewustzijnsniveau. Wanneer we ons afstemmen op de geestelijke wereld dan is dat dus doorgaans ook een afstemming op emotioneel niveau. Goddelijke wezens vind je daarniet, die bevinden zich voorbij het emotionele, voorbij het mentale en zelfs nog voorbij het causale gebied endat is een niveau van bewustzijn dat voor de meeste stervelingen niet direct bereikbaar is. Onze ervaringen met 'goddelijke' wezens betreffen dan ook meestal de emotionele beelden die we van hen hebben. Wat wij met behulp van visualisaties, channelen en andere methoden aan goddelijks ervaren, is veelal afkomstig uit de emotionele werkelijkheid en het zijn niet de goden die we daar aantreffen maar onze eigen projecties van die goden. Goed bedoelende (en goed gelovige) mensen kunnen denken dat ze vanuit hun intuïtie goddelijke boodschappen doorkrijgen, maar doorgaans zijn ze slechts afgestemd op entiteiten uit de emotionele werkelijkheid. Echte inspiratie is afkomstig van de causale wereld, of nog hoger. Voor het contact daarmee moet je de emotionele en mentale niveaus overstijgen. Wanneer mensen in nood op een emotionele manier contact zoeken met de geestelijke wereld, dan verbinden ze zich dus met de emotionele werkelijkheid. Wat ze daar aantreffen zijn emotionele entiteiten, die ze voor goddelijke wezens houden en waar ze maar al te vaak hun autoriteit aan afstaan. Hoe somberder en verwarrender mensen zijn, des te groter is ook de kans om daar negatieve entiteiten tegen te komen die hen veel schade kunnen berokkenen.

### **Stemmen horen**

En er zijn nogal wat mensen die stemmen horen in hun hoofd. Het gaat dan om stemmen die door anderen niet gehoord kunnen worden. Zulke stemmen kunnen op een aantal verschillende manieren worden geïnterpreteerd. In de psychiatrie worden deze stemmen doorgaans als hallucinaties omschreven. Romme en Escher hebben daarover gerapporteerd in hun boek *Stemmen horen accepteren*.

Afhankelijk van de interpretatie en de hinder die men ervan ondervindt, kan op verschillende manieren met deze stemmen worden omgegaan. In bepaalde gevallen kan het samenhangen met ernstige psychiatrische problematiek zoals een psychose of schizofrenie. Vanuit de psychiatrie kan het horen van stemmen dan worden opgevat als een ontremming van de hersenen en dan kan gekozen worden vooreen behandeling met antipsychotica. Toch hoeft het horen van stemmen niet in alle gevallen gezien te worden als een ernstig psychiatrisch probleem. Het kan ook gaan om contacten met entiteiten.

Uit het onderzoek van Romme en Escher is gebleken dat 70% van de stemmenhoorders aangaf de stemmen voor het eerst te hebben gehoord na een traumatische ervaring zoals een ernstig ongeluk, een ziekte of een echtscheiding. De betrokkenen, voor zover ze geen psychiatrische patiënten zijn, interpreteren de stemmen die ze horen op de volgende wijze:

- als een gids (73%),
- als de stem van een overledene (60%),
- als een contact met goden, geesten of engelen (40%),
- als van de duivel of een kwade geest (7%).

(Omdat op de vragenlijst meerdere antwoorden mogelijk waren is het totaal van de antwoorden ook meer dan 100%).

Sommige mensen beschouwden het kunnen horen van stemmen als een gave (27%), andere als een ziekte (7%). Van de niet psychiatrische patiënten in dit onderzoek was zelfs 79% positief over het horen van de stemmen. We kunnen er dus van uitgaan dat stemmen veelal ontstaan na een traumatische ervaring en dan worden ze aanvankelijk positief geïnterpreteerd. De betrokkene gaat vervolgens met de stemmen in overleg, hij praat ermee en reageert erop. Als we de stemmen beschouwen als entiteiten uit de emotionele wereld die in je energieveld zijn binnengedrongen, dan betekent dit, dat de aandacht die ze krijgen ervoor zorgt dat ze steeds krachtiger worden. Ze zullen dan ook een steeds grotere plaats gaan innemen in iemands leven. Veel mensen ervaren dat als een voorrecht of een gave, maar het spreekt voor zich dat je in alle gevallen moet voorkomen dat de stemmen je leven gaan bepalen. Het is belangrijk ervoor te zorgen dat je je eigen autoriteit niet verliest.

### **Het beheren van je eigen energieveld**

Geestelijk en lichamelijk gezonde mensen hebben een helder en krachtig energieveld. Negatieve entiteiten met hun lage vibratie kunnen niet in dat energieveld binnendringen. Entiteiten met een hoge vibratie vormen geen gevaar of hebben niet de behoefte in andermans persoonlijkheidsfeer binnen te dringen. Het energiesysteem van mensen die ziek zijn, of angstig of die pas een trauma hebben meegemaakt ziet er heel anders uit. Dat lijkt vaak meer op een gatenkaas en is daardoor heel toegankelijk voor negatieve energieën uit de omgeving. Wanneer zo iemand in zijn verwarring daarbij dan ook nog contact gaat zoeken met de geestelijke wereld en zich openstelt voor de energieën die zich daar bevinden, dan kan het behoorlijk mis gaan. Het risico bestaat dan dat entiteiten uit het lagere emotionele gebied zijn energie lichaam binnen dringen en zich aan hem gaan vasthechten. Negatieve entiteiten kunnen op verschillende manieren worden ervaren. Als een voortdurende vage angst, of als verwarring. Sommige mensen ervaren een vreemde energetische aanwezigheid in hun omgeving, of horen stemmen. Entiteiten kunnen ook karakterveranderingen veroorzaken, want zij gaan dan jouw ervaringswereld beïnvloeden. Je krijgt dan misschien andere voorkeuren en je reageert misschien heel anders dan je gewend was. Niet alle entiteiten hebben het slecht met je voor. Sommige entiteiten hebben een boodschap of confronteren je met een oud probleem dat om een oplossing vraagt.

Een entiteit die zich aan je heeft gehecht kun je ook weer wegsturen. Het kan daarbij belangrijk zijn, om te onderzoeken wat voor boodschap hij je wil brengen en om vervolgens tot een soort liefdevolle samenwerking te komen, alvorens afscheid te nemen en hem naar het licht te sturen. De entiteiten waar je het meeste last van kunt hebben, vertegenwoordigen doorgaans vooral negatieve emoties. En hoe angstiger je daarvan wordt, des te meer heeft die entiteit het naar zijn zin, want hij voedt zich met jouw angst. Waar zo'n entiteit helemaal niet tegen kan, dat zijn energieën met een hoge frequentie, zoals positieve emoties of visualisaties van licht. Bij een visualisatie roep je een innerlijk beeld op in je fantasie. Omdat elke gedachte en dus ook elk innerlijk beeld een energiepatroon veroorzaakt in je energielichaam kun je door middel van visualisaties de inhoud van je energieveld zelf beïnvloeden. Angstige gedachten produceren laag emotionele vibraties; laag emotionele entiteiten houden daarvan. Wanneer je daarentegen een stralend licht visualiseert, dan produceer je daarmee stralende, positieve energie en dat is iets waar negatieve entiteiten een hekel aan hebben.

Wat kun je doen om een negatieve entiteit kwijt te raken?

- Zorg ervoor dat je geestelijk in balans bent. Misschien moet je daarvoor eerst een aantal oude problemen opruimen, zodat je beter in staat bent om je eigen energie te beheren.
- Stuur de (verwarde) entiteit liefdevol maar resoluut weg uit je eigen energie en wijs hem de weg naar het licht. Eventueel ga je eerst een dialoog met hem aan om erachter te komen wat zijn bedoeling was. Maar zorg ervoor dat jij de baas blijft! Wees niet bang, want in feite is deze energie machteloos. Sommige energieën laten zich niet zomaar wegsturen. Die moeten weggejaagd worden door krachtig en zelfbewust op te treden. Eventueel kun je daarvoor ook de hulp inroepen van lichtwezens die aan de entiteit de weg kunnen wijzen.
- Vul je aura met licht, zodat er voor negatieve entiteiten geen plaats meer is. Aansluitend kun je je daarbij omhullen meteen cocon van een beschermende energie, waardoor negatieve entiteiten geen kans meer hebben.
- Realiseer je dat alle aandacht die je besteedt aan emotionele entiteiten ook voeding is voor hun energie. Hierdoor zullen ze steeds hardnekkiger bij je willen blijven. Het is dan ook een goede strategie om ze te negeren en om afleiding te zoeken.
- Als je het gevoel hebt dat je het niet redt in je eentje, zoek dan tijdig deskundige hulp.

### **Wat kunnen we hiervan leren?**

Speel niet met onzichtbare werelden, zeker niet wanneer je je niet goed voelt, of als je bang bent of onzeker. Wanneer je toch contact gaat zoeken met deze energieën, bescherm je dan van tevoren met een mantel van stralend licht waar negatieve energieën niet doorheen kunnen dringen. Als je stemmen hoort, realiseer je dan dat je altijd de keuze hebt of je hier al dan niet op in wilt gaan. Afgezien van zeldzame uitzonderingen zullen de stemmen die we horen afkomstig zijn uit de emotionele gebieden en geen echte wijsheid vertegenwoordigen. Voor de echt bezielde waarheid moeten we ons verbinden met de causale en hogere gebieden van de werkelijkheid en die communiceren bij voorkeur door middel van intuïtieve inzichten en gevoelens van liefde.

Over je contact met God hoef je je geen zorgen te maken. We zijn altijd met het goddelijke verbonden, zoals een ongeborn baby via de navelstreng verbonden is met zijn moeder. Dat contact kun je niet verliezen, je kunt het hooguit vergeten. We hoeven dan ook niet te vragen om goddelijke bijstand in moeilijke tijden, want daar zijn we altijd al door omringd. We moeten alleen leren om ons daar beter op af te stemmen. Daarvoor moeten we ons richten op onze zielskwaliteiten. Vragen om een ingreep van God, zodat jouw problemen vanzelf oplossen, werkt niet. Wel kun je altijd vragen om kracht en inzicht, zodat je zelf je problemen aan kunt pakken, of in ieder geval kunt accepteren. Wanneer je je band met het goddelijke in je bewustzijn wilt versterken, benadruk dan je dienstbaarheid. Dat versterkt je goddelijke bewustzijn. Egoïstische verlangens keren je juist af van God.

### Hoe is het ondertussen met Theo afgelopen?

Om de duivel te verdrijven heeft hij in de eerste plaats een mantel van licht om zich heen gevisualiseerd, maar deze bleek aanvankelijk niet sterk genoeg. De duivel kon er, in zijn visualisatie, nog steeds doorheen komen. Omdat Theo belijdend katholiek was en een goede band had met moeder Maria, heeft hij Maria als een oogverblindend stralend licht gevisualiseerd. Dat licht is toen toegevoegd aan zijn beschermende mantel. Ten slotte, na wat geëxperimenteer, bleek deze beschermingsconstructie sterk genoeg te zijn om de duivel te weerstaan. Tenslotte waren er nog oude trauma's waaraan gewerkt moest worden, om het hele energiesysteem van Theo uiteindelijk weer in balans te brengen.

Kees Aaldijk  
psycholoog / transpersoonlijk coach

06 14274293

[www.transpersoonlijk.nl](http://www.transpersoonlijk.nl)

Literatuur:

Maesen, R. van der, & Bontenbal, R. (2002). *Handboek Reïncarnatie therapie*. De Tijdstroom: Leusden.

Romme, M.A.J. & Escher, A.D.M.A.C.(eds), (1999). *Stemmen horen accepteren*. Tirion:Baarn.

Tichelaar, R., (2001). *Ongewenst bezoek*. Uitgeverij Ankh-Hermes: Deventer.

Wierenga, P. (1998). *Ongenode gasten*. Tasso Uitgeverij: Amsterdam.