

Reïncarnatietherapeut Coen Sprenger:

‘Regressie kan veel leed voorkomen’



Dat trauma's uit het verleden tot ernstige problemen in het heden kunnen leiden, is algemeen bekend. Dat herbeleving in een veilige omgeving zowel emotionele als lichamelijke verlichting of zelfs zuivering kan veroorzaken, eveneens. Maar dat bij die herbeleving reizen voorbij tijd en ruimte ondernomen kunnen worden, en dat daarbij de grens tussen leven en dood allerm minst een onoverkomelijk obstakel is, dáárvan wil de reguliere geestelijke gezondheidszorg vooralsnog niets weten. En dat terwijl reïncarnatietherapie al decennialang kan bogen op uitstekende behandelresultaten. Zo weet ook de in Monnickendam gevestigde therapeut Coen Sprenger (65), die van zijn werk voorlopig nog geen genoeg heeft: "Ik hoop dat ik dit werk na mijn dood in het bardo, ofwel het bestaan tussen twee levens in, mag voortzetten!"

TEKST: NIELS BRUMMELMAN

Zijn medecursisten moeten raar opgekeken hebben toen Coen Sprenger als stoere politieman van bijna twee meter in trance een vorig leven oplepelde als... lilliputter. Hoewel niet specifiek in deze vorm, had Coen zelf een transformatie wel voelen aankomen: "Ik wist vanaf het moment dat ik me voor de introductie cursus reïncarnatietherapie inschreef, dat aan mijn zorgvuldig opgebouwde imago een einde zat te komen. De cursusleider doorzag feilloos mijn maskers en rollen en sneed als een mes door de overrijpe boter van mijn overlevingsmechanisme heen. Wat een verademing om eindelijk iemand te ontmoeten die zag wie ik was, die begreep waarom ik de dingen deed zoals ik ze deed en ondertussen liefdevol en oordeelloos bleef

'Als er één beroep is waar je zaken meemaakt die op zielsniveau ingrijpen, dan is het wel dat van politieman'

luisteren naar mijn verhaal. Mijn keuze voor de vierjarige opleiding tot regressie- en reïncarnatietherapeut was voor mij, ondanks mijn doorlopende betrokkenheid bij het politiewerk, daarna een heel logische!"

Zwaar schild

Natuurlijk belandde Coen niet zomaar in de stoel van de regressietherapeut. Als politieman lag zo iets, zeker in die tijd, allerm minst voor de hand. Om de achtergrond van deze opmerkelijke zet volledig te kunnen begrijpen, gaan we terug naar 1959. Dat jaar wordt Coen drie. Maar zijn verjaardag zal een bijzaak blijken te zijn. Kort daarvoor overlijdt namelijk zijn vader bij een auto-ongeluk in Duitsland. Tijd om dat verlies te verwerken, blijkt er nauwelijks. Coen: "Mijn moeder verloor de liefde van haar leven en wilde voortaan, zo had ze direct na het ongeluk uitgesproken, voor mij en mijn twee zussen zowel moeder als vader zijn. Dat ging natuurlijk niet, ook al omdat, zo ontdekte ik tijdens familieopstellingen veel later, een deel van mijn moeder samen met mijn vader gestorven was. Gevolg was dat ze er niet of nauwelijks voor ons kinderen kon zijn en dat we eerder voor haar zorgden, dan andersom. Van rouwen kwam het al helemaal niet. Als ik al eens naar mijn vader vroeg, begon mijn moeder te huilen. Als jonge vent is dat het laatste wat je wilt. Enfin, ik was een jaar of 23 toen ik bij de politie te Enkhuizen in dienst trad. Een traan om mijn vader had ik toen nog nauwelijks gelaten, laat staan het verlies op een dieper niveau verwerkt." Langzaam maar zeker krijgt Coen de rekening gepresenteerd voor deze gang van zaken, al zijn er nog wel wat (tragische) druppels voor nodig om de emmer definitief over te laten lopen. Zo krijgt hij als diender opvallend veel dodelijke ongelukken op zijn bordje. Mede gezien het onverwerkte ongeval van zijn eigen vader vanuit energetisch oogpunt best verklaarbaar, al braken de daarbij behorende lichamelijke klachten en emotionele klachten pas goed door na het dodelijkste ongeval – vijf slachtoffers! – uit zijn carrière. Coen: "Ik begon de controle over mijn emoties te verliezen en raakte steeds sneller en feller overprikkeld. Lichamelijk gezien ging het ook rap bergafwaarts: ik was inmiddels ME'er, maar kon, symbolisch genoeg, mijn eigen schild nauwelijks meer hooghouden. En mijn droom om lid te worden van het arrestatieteam viel vanwege onverklaarbare knieproblemen in duigen."

Uit de kast

Achteraf gezien vertoont Coen alle verschijnselen van een posttraumatische stressstoornis, al bestond een dergelijke term toen, we hebben het over eind jaren tachtig, nog niet. Hoe dan ook: Coen komt, tot zijn eigen wanhoop, thuis te zitten. Verdrietig, maar het is blijkbaar wat nodig is: "Omdat ik radeloos was, ging ik ook alternatieve wegen verkennen. Zodoende belandde ik tijdens die introductie cursus in de regressiestoel. Dat vorige leven als lilliputter was bijzonder, maar belangrijkste was de realisatie dat ik vanaf de dood van mijn vader in een overlevingsmechanisme had gezeten dat me aan de rand van de afgrond

‘Vanuit zielsperspectief is zo’n beetje elke ervaring leerzaam en dus verrijkend’

had gebracht.” Coen is door zijn introductie in de regressie- en reïncarnatietherapie zó geraakt, dat hij besluit de vierjarige opleiding te gaan volgen. Op de werkvloer bij de politie moet hij, zo voelt dat althans, daarvoor echt een beetje uit de kast: “Zoiets was *not done* binnen de machowereld van de politie. Het mooie was echter wel dat ik later, toen ik eigen praktijk ging voeren, best veel collega’s als cliënt mocht verwelkomen. Weet je... binnen de groep speelt men vaak de stoere jongen, terwijl het één-op-één een ander verhaal is. En als er één beroep is waar je zaken meemaakt die op zielsniveau ingrijpen en waar de tragiek van het leven constant op de loer ligt, dan is het wel dat van politieman.” Mede naar aanleiding van zijn nieuwe levenswandel en -handel, maakt Coen als agent de overstap van straatwerk naar een zo mogelijk nog zwaardere post op zedenzaken: pedofilie. Ook weer niet voor niks: “Zelf heb ik seksueel misbruik gelukkig niet in mijn systeem, maar mensen uit mijn omgeving hadden dat toentertijd wel. Omdat er op de opleiding tot regressie- en reïncarnatietherapeut weinig over seksualiteit en misbruik gesproken werd, kon ik daar, als docent, bovendien in een lacune voorzien.” Zo verenigt Coen twee werelden die lange tijd onverenigbaar leken. Hij vaart er wel bij, al is het hem van meet af aan duidelijk dat hij niet tot aan zijn pensioen bij de zedenpolitie werkzaam kan zijn: “Er kwamen op wettelijke basis dingen voorbij die mijn beeld van intimiteit en seksualiteit een flinke knauw gaven. Ik heb die functie acht jaar lang kunnen uitvoeren, alleen maar omdat ik persoonlijke processen ondertussen aangegaan was. Veel zorgverleners hebben, net zoals ik, op jonge leeftijd met parentificatie te maken gehad en handelen vanaf dat moment vanuit een hulpverlenerssyndroom. Onverwerkt en onbehandeld leidt deze vroeg of laat vrijwel altijd tot een burn-out.”

Zielsontwikkeling

Als therapeut - een woord dat hij steeds minder vaak gebruikt als beroepskwalificatie, omdat het zou impliceren dat er met cliënten iets mis is - gaat Coen uit van een driedig mensbeeld. Wij mensen bestaan volgens hem uit geest, ziel en persoonlijkheid: “De geest is het goddelijke in ons. Het kan zelf niet beschadigd raken, maar wel ingekapseld als gevolg van allerhande traumata. De ziel functioneert als intermediair tussen het goddelijke en het menselijke. De geest heeft met andere woorden de ziel nodig om stoffelijke ervaringen op te doen, want het is er zelf te zuiver voor. De ziel is op haar beurt weer te zuiver voor het grofstoffelijke en gebruikt het menselijke lichaam als voertuig voor het opdoen van zintuiglijke ervaringen. Wanneer de ziel nu met een missie afdaalt in het lichaam,

dan is deze niet meer puur of nieuw. Vorige levens hebben inmiddels hun imprint achtergelaten. Dat kan in het nieuwe leven karmische problemen geven, maar ook tot de ontluiking van talenten leiden. Denk in dat laatste geval aan een wonderkind als Mozart, die op uitzonderlijk jonge leeftijd al viool, klavecimbel en orgel speelde en kwalitatief hoogstaand materiaal componeerde.” In plaats van therapeutisch werk, spreekt Coen liever over het stimuleren van zielsontwikkeling. Op existentiële levensthema’s vindt - leven na leven - ontwikkeling plaats. Waarbij we over het algemeen veel te veel gericht zijn op een uiterst dun laagje vernis: onze persoonlijkheid. Coen: “Daardoor ontstaat lijden, want het ego, hoewel het zijn functie op aarde heeft, haalt ons uit de verbinding en de eenheid door te handelen vanuit motieven als angst en gebrek. We identificeren onszelf met onze huidskleur, onze nationaliteit, onze naam, ons beroep, ons imago, ons ouderschap et cetera. Maar dat zijn natuurlijk stuk voor stuk schijnzelden die het zuivere zicht op onze eigen ware aard en kern, onze eigen grootsheid en goddelijkheid, belemmeren. Je ziet het aan topsporters die na het einde van hun carrière in een identiteitscrisis belanden of mensen die, bij gebrek aan zingeving, snel na hun pensioen overlijden. Aan de andere kant is het ergens ook de bedoeling dat we op aarde ‘vergeten’ wie of wat we werkelijk zijn. Een zwerver vervalt over het algemeen snel weer in zijn oude bestaan na daar tijdelijk, bijvoorbeeld middels een smak geld of door derden verleende zorg en aandacht, bovenuit getild te zijn geweest. Waarom? Diens ziel is hier gekomen om een missie uit te leven. Wie weet was het in een vorig leven schatrijk en wil het nu, om te leren, de andere kant van de medaille leren kennen. Feit is dat we leven op een planeet van de dualiteit en ons daar pas bovenuit gaan verheffen in latere stadia en in andere sferen of op andere planeten.”

Van bardo tot eenheid

Op de keper beschouwd mogen wij mensen, met het oog op het voorgaande, dankbaar zijn voor welke ervaring dan ook die ons ten deel valt. Vanuit zielsperspectief is zo’n beetje elke ervaring immers leerzaam en dus verrijkend. Maar hier op aarde, in de dualiteit, is zo’n verheven en breed perspectief nauwelijks in te nemen. Vandaar dat Coen met zijn cliënten graag reist naar het bardo, het bestaan tussen twee levens in. Want hoewel de energie daarvan nog steeds dualistisch van aard is, zijn dergelijk helende bespiegelingen daar wél mogelijk. Coen: “Je reist er als ziel door zeven lagen, terwijl er onder begeleiding van wezens die verder zijn dan jij inzicht en heling plaatsvindt zonder dat je per se hoeft te vragen naar het ‘waarom’. Samen met hen bepaal je bovendien welke lessen er in een eventueel volgend leven door jou geleerd mogen gaan worden.” Is een door Coen begeleide trip richting het bardo in potentie al uiterst heilzaam en verrijkend, een eenheidservaring is van nog weer een andere orde. Op zulke momenten staan we volgens Coen energetisch in verbinding met ons godsbestaan, dat aan de dualiteit en polariteit ver voorbijgaat. Woorden zijn op zulke momenten van nul en generlei waar-



‘Er is altijd een verklaring voor hoe iemand is en hoe hij of zij zich gedraagt’

de: “Mensen die een bijna-doodervaring hebben, kunnen dingen zeggen als: ‘Wat is het hier mooi’. Dat is per definitie een polaire uitspraak, aangezien je er het tegendeel bij kunt bedenken en er *dus* met iets anders vergeleken wordt. In de eenheidservaring - als het alleen maar stil en *zijn* is - is daar allang geen sprake meer van.” Coen werkt in zijn praktijk themagericht, wat wil zeggen dat hij samen met de cliënt terug in de tijd gaat - meestal gaat het om maximaal drie thematisch verbonden levens - om zaken als verbinden en loslaten, vervolging en religie, seksueel misbruik, afwijzing en eigenwaarde, te ontwarren en te ontstoren. Als instrument om tot in een eventueel volgend leven te geraken, gebruikt Coen tranceopwekking. Het verschil met hypnose is wezenlijk. Coen: “Terwijl bij laatstgenoemde je gevoel voor jezelf en je omgeving totaal kan wegvallen, is er bij trance juist sprake van een verhoogde waarnemings- en concentratiefocus. Dat is nodig, want we willen tijdens de sessie meestal een loskoppeling maken tussen toen en nu. Met andere woorden: herbeleving is goed, zolang dat maar met het besef gepaard gaat dat je nu ergens anders bent. Dat je nu veilig bent. Dat je je nu, wanneer de angst toeslaat, bijvoorbeeld in een lift bevindt in plaats van, zoals toen, in een donkere en vochtige kerker. Dat je die beide situaties als overeenkomstig en tegelijkertijd als wezenlijk anders onderscheiden kunt. Juist de wetenschap dat je je in een veilige omgeving bevindt, maakt verwerking van het opgelopen trauma nu wel mogelijk. Dat gevraagde onderscheidingsvermogen, voorwaarde voor een geslaagde verwerking, heb je niet als je je, zoals bij hypnose, in een bewustzijnsstoestand bevindt waarbij je feitelijk even ‘weg’ bent. Je moet er juist helemaal bij zijn!”

Doodgestoken in een kerker

Om de werking van reïncarnatietherapie toe te lichten en het verloop van een sessie te schetsen, geeft Coen het fictieve voorbeeld van een 37-jarige vrouw met ernstige claustrofobie. Samen met haar reist Coen terug naar eerdere momenten waarop de claustrofobie toesloeg. De brug daarnaartoe kan een gedachte, een emotie of een lichamelijke gewaarwording zijn. Coen: “Elke ingang is goed, als je maar op de plek aanbeldt waar je wezen moet. In dit geval kwamen we allereerst uit in haar jeugd, tijdens welke ze tussen haar derde en zevende herhaaldelijk opgesloten was geweest in het trapkastje vanwege zogenaamd onhandelbaar gedrag. Kernzin: ‘Ik wil eruit’, overheersende emotie: angst en de bijbehorende somatiek: stekende pijn in de buik. Die stekende pijn was nog onverklaarbaar en dus gingen we verder terug. Op zoek naar de angel, naar de associatieve trigger, naar de oorzaak en bron. Ditmaal kwamen we uit bij haar geboorte, een benauwende ervaring waarbij ze langere tijd in het geboortekanaal vastzat. Toch, de stekende pijn blijft aanwezig. En dus moeten we *nóg* verder terug. We arriveren in een vorig leven waarin de claustrofobie eindelijk gekoppeld kan worden aan de lichamelijke ervaring van stekende buikpijn. De situatie is als volgt: cliënte ligt in een kleine donkere ruimte, met boven haar een raampje met spijltjes. Overduidelijk een soort van gevangenis. De deur gaat open, twee tot drie mannen komen binnen en steken haar met messen in de buik. Daar, in die bedompte kerker, sterft ze. Daar, toen, is de koppeling tussen claustrofobie en stekende buikpijn ontstaan, want op eerdere momen-

De verslaving van Jaap

Een steeds groter wordend probleem: verslavingen! In totaal zijn er in Nederland twee miljoen mensen verslaafd, dat wil zeggen: zij lijden aan een psychiatrische aandoening waarbij men afhankelijk is van een middel, een gewoonte of een gedraging. Maar dit getal is gebaseerd op het aantal officiële registraties. Volgens Coen ligt het werkelijke aantal verslaafden nog (veel) hoger. Maatschappelijk gezien werkt de verslaving uitermate ontwrichtend, om over de financiële consequenties nog maar te zwijgen. Een actueel én acuut thema dus, zo merkt Coen ook in zijn praktijk. Hij geeft een voorbeeld van wat reïncarnatietherapie in sommige gevallen van verslaving vermag: "Dit bijzondere verhaal gaat over een man, laten we hem Jaap noemen. Hij is 37 jaar, verslaafd aan sigaretten, maar ook aan harddrugs. Echt een stevige gebruiker van diverse middelen.

De vraag voor de start van zijn traject was wanneer Jaap gebruikte. Het blijkt om een uitdijende lijst van omstandigheden te gaan: op zijn werk als hij als leidinggevende voor lastige beslissingen staat, thuis als zijn relatie wat minder soepel loopt, tijdens zijn studie op momenten wanneer er toetsen afgenomen worden, in zijn vrije tijd als hij met zijn vrienden naar de voetbal gaat et cetera. Het overlijden van zijn moeder heeft Jaap flink geraakt. Sindsdien lukt het hem steeds minder goed spannende zaken zonder middelengebruik aan te gaan.

In trance belandt Jaap in één van de Amerikaanse landingsvaartuigen voor de kust van Normandië. D-day! Vlak vóór de landing op één van de stranden krijgt hij zonder verdere informatie een tweetal pilletjes toegediend. 'Die heb je zo nodig', zegt zijn commandant. Het aanvalsplan wordt uit de doeken gedaan en blijkt kamikazeachtig te zijn. De angst neemt toe, maar als de kleppen openslaan rennen Jaap en zijn maten onverschrokken het strand op. De pilletjes werken: ondanks het feit dat de kogels hem om de oren vliegen, blijft Jaap op het doel van zijn missie – uitschakeling van het mitrailleurstent – gefocust. Terwijl zijn maten één voor één dodelijk gewond ter aarde storten, rent Jaap al schietend maar door en door. Echter: op een bepaald moment tijdens de sessie merk ik dat zijn lichaam ineens stil wordt. Volgens Jaap is er niets aan de hand, maar voor mij als therapeut is het duidelijk dat er sprake is van een onverwerkt, want onbewust, sterven. Ik heb Jaap toen laten ervaren dat hij daar op het strand, op die dag in juni 1944, wel degelijk is gestorven. Langza-

merhand wordt het hem ook duidelijk wat de oorzaak is van zijn middelengebruik.

De volgende sessie draait om Jaaps geboorte. Die bleek niet makkelijk te zijn geweest en zeer pijnlijk voor zijn moeder. Vanwege die pijn had zij de nodige kalmeringspillen en pijnstillers toegediend gekregen. Die waren dus ook in Jaaps systeem terechtgekomen. Voor mij én voor Jaap begon de rode draad van drugsgebruik tussen het vorige leven, de geboorte en het leven nu steeds duidelijker te worden. Voor Jaap is het zaak deze inzichten en herbelevingen zodanig een plek te geven dat de negatieve overtuiging 'Ik heb drugs nodig als het spannend wordt' omgezet wordt in de positieve en bekrachtigende: 'Als het spannend wordt, kan ik het zonder drugs aan!'"

Het dempen van bij intense situaties betrokken pijn en emotie, is helemaal ingeburgerd tegenwoordig. Het werkelijk doorleven en doorvoelen, zo belangrijk voor verwerking en integratie, is er niet meer bij. Coen: "De meeste mensen worden tegenwoordig geboren met een bij de ruggeprik toegediend pijnverdovend middel in hun systeem en sterven op hun ziekbed aan het gebruik van een drug als morfine. Of je het nu over ondernemers, bouwvakkers, managers, docenten, militairen of politieagenten hebt, overal is het grote dempen, het grote ontlopen, aan de orde van de dag. En ondertussen wordt de druk van de maatschappij en de drang om bovenmatig te moeten presenteren maar groter en groter. Tijd voor een heroverweging of, beter nog, een koerswijziging?"

'Er kan in deze tijd meer en sneller opgeschoond en karmisch afgelost worden dan in de eeuwen hiervoor'

ten uit hetzelfde leven blijkt de stekende pijn nog afwezig. Hoe ik vervolgens heb gezorgd voor een veilige herbeleving en integratie van het stervensmoment? Door met een kussen op haar buik te drukken. De niet-eigen energie die met de dolk haar energiesysteem binnen was gekomen, moest eruit. Die diende geïdentificeerd en teruggegeven te worden aan het veld, of beter nog: aan de rechtmatige eigenaar ervan. Hadden we dat niet gedaan, dan was het lichamelijk en geestelijk blijven doorwoekeren in haar systeem. Dat geldt overigens ook voor de overtuiging en de emotie waarmee het wapen gehanteerd werd, bijvoorbeeld onder de uitroep of tijdens de gedachte: 'Ik zal je krijgen, vuile dieveggel!' Aardig weetje: tatoeages staan bijna altijd op plekken waar niet-eigen energieën - in de vorm van bijvoorbeeld speerpunten, pistoolkogels of auto-onderdelen - ooit het lichaam zijn binnengedrongen."

Oordeelloos

Vanuit zijn tijd bij de politie heeft Coen meegekregen dat er achter elk gedrag, hoe destructief ook, een vorm van logica schuilt. Er is altijd een verklaring voor hoe iemand is en hoe hij of zij zich gedraagt. Als gevolg daarvan is het niet-oordelen bij Coen een levenshouding geworden. Een automatisme haast, dat hem ook bij zijn werk in 'het spirituele' geen windeieren legt. Coen: "Ik kwam eens bij een cliënt van me thuis. De man had zo'n zeven à acht jongens van een jaar of twaalf misbruikt, was daarvoor ook veroordeeld. Opvallend was dat de slachtoffers stuk voor stuk op elkaar leken: blond haar, blauwe ogen. Ik zag op zijn tv een ingelijste foto staan van een jongen met een vergelijkbaar uiterlijk. Toen ik hem daarnaar vroeg, kwam het verhaal. De man had als kind in een Jappenkamp gevangen gezeten. Zijn situatie was enigszins draagbaar geweest, omdat hij samen met een vriendje eten en drinken aan andere gevangenen rond had mogen brengen. Maar op een dag overleed zijn vriendje en stond hij er ineens moederziel alleen voor. 'Een deel van mij overleed met hem', zo zei hij letterlijk tijdens ons gesprek. En hoewel hij de oorlog overleefde, droeg hij vanaf dat moment het onverwerkte leed van het verlies van zijn enige houvast in barre tijden, zijn vriendje, met zich mee. Tijdens de ontluiking van zijn seksualiteit maakte hij vervolgens onbewust een oneigenlijke koppeling met dat overleden vriendje. Vanaf dat moment zocht hij zijn seksuele bevrediging bij jongetjes die leken op zijn vriendje, wiens portret bij hem nu, zoveel jaren later, op het televisietoestel prijkte. Zonder welk gedrag dan ook goed te willen keuren, kan je op zulke mo-



Coen Sprenger

menten zeggen: ergens begrijp ik hoe dit gedragspatroon ontstaan is. En niet alleen dat: met een tijdige ingreep op dit trauma was mogelijk veel leed voorkomen geweest. Om de redernatie door te trekken naar de reïncarnatietherapie: wij allen zijn ooit, naast slachtoffer, dader geweest. Hoe sneller we van dergelijk daderschap leren, hoe beter! Natuurlijk kan regressie- en reïncarnatietherapie daarbij belangrijke inzichten en doorbraken genereren." We staan pas aan het begin van onze persoonlijke en collectieve zielsreis, zo vermoedt Coen. Een reis die de laatste jaren daarentegen wél in een stroomversnelling lijkt te zijn gekomen: "Niet voor niets zijn we met z'n zovelen momenteel op aarde. Er kan in deze tijd meer en sneller opgeschoond en karmisch afgelost worden dan in de eeuwen hiervoor. Maar vanuit kosmisch perspectief staan we nog onderaan de ladder. Gekscherend noem ik, en dat is niet oneerbiedig bedoeld, daarom onze planeet weleens de psychiatrische afdeling van het universum. Maar ooit zal het moment komen dat wij allen van de afdeling ontslagen worden en we als mensheid onze reis door de onmetelijke kosmos verder zullen vervolgen. Ja, uiteindelijk komt alles goed!" •

"Ik zeg weleens gekscherend: onze planeet is de psychiatrische afdeling van het universum"



Coen Sprenger is bijna vier decennia politieagent geweest. Inmiddels runt hij alweer 27 jaar zijn eigen praktijk voor regressie- en reïncarnatietherapie. Hij geeft bovendien bij verschillende instanties les over deze therapievorm en verzorgt een specialistische tiendaagse opleiding voor bestaande therapeuten, psychologen en coaches. Alle info vindt je op WWW.COENDALINIE.EU.