

# Het Afscheidsritueel

Door Jos Olgers

Jos Olgers (1954) is sinds 1984 werkzaam als hypnotherapeut. In dit vak gaf hij les bij het Atma Instituut (1989-1992) en bij de mede door hem opgerichte TranceArt Academie, waarvan hij samen met Bertien van Woelderen directeur was (1999-2014). Tegenwoordig woont hij een deel van de tijd in Tsjechië en is hij nog regelmatig in Nederland voor familiebezoek en lesgeven. Hij is auteur van de hypnotherapeutische handboeken 'Handboek Hypnotherapie' (voorheen 'Heelheid in Wording'), 'Medische Hypnotherapie' en 'De Binnenwereld Spreekt'. Op dit moment werkt hij aan een nieuw handboek over hypnotherapie en afvallen (inclusief hypnotische maagband). Op verenigingsgebied was hij o.a. vicevoorzitter van de VETH (de voorloper van de NBVH) en interim-voorzitter van de NBVH, waarvan hij in 2017 erelid werd. Hetgeen hij als een kroon op zijn werk ervaart.

## Deel 2 een praktijkvoorbeeld

Een aantal jaren geleden werkte ik met een gepensioneerde heer. Hij had allerlei klachten welke afkomstig waren uit zijn jeugd. Zijn doel was te kunnen genieten van zichzelf en van een toekomstig leven met zijn nieuwe partner.

Toen we grotendeels de essentie van de narigheid verwerkt hadden en de weg vrij was om een gelukkig leven in te stappen, bleek er nog een hobbel op de weg te liggen.

## Oneindig getrouwd

Ruim 20 jaar geleden was zijn echtgenote na een ziekbed overleden. Totdat zijn, toen nog jonge kinderen, het huis uit gingen, zorgde hij naast zijn werk liefdevol voor de kinderen. Voor zijn gevoel was zij er altijd geweest om vanuit de hemel trouw voor hem en de kinderen te zorgen, waardoor zij eigenlijk nog onzichtbaar getrouwd waren. Hierdoor was er geen ruimte voor mijn cliënt voor een andere levensinvulling, terwijl de zorg voor de kinderen nu niet meer nodig was.

Hij had inmiddels een nieuwe relatie. Hij durfde deze echter niet te verdiepen, laat staan om met haar te gaan samenwonen. Aan de ene kant ervoer hij dit als ontrouw. Aan de andere kant was hij ook door schuldgevoel nog aan zijn overleden vrouw verbonden, want er waren dingen in het huwelijk voorgevallen, waar hij zich voor schaamde. De schaamte was zo groot, dat hij mij hiervan geen deelgenoot maakte. "Ik heb dingen gedaan waar ik niet trots op ben", was alles dat hij hierover durfde te zeggen. Kortom hij zat voor zijn gevoel klem tussen een blij toekomst en banden met het verleden.

## Een handgeschreven afscheidsbrief

In een sessie vroeg ik hem contact te maken met zijn

overleden vrouw en onder hypnose met elkaar over dit onderwerp te praten. Dit luchtte enorm op. Toch bleef één ding hangen, namelijk de trouwbelofte om er eeuwig voor elkaar te zijn. Hij realiseerde zich dat beiden hierdoor geen vrijheid meer hadden om verder te gaan en wilde uit alle liefde voor zijn overleden vrouw haar ook haar vrijheid teruggeven.

Opdat zij de ruimte zou krijgen haar eigen weg te gaan en niet meer hoefde te zorgen voor hem en de kinderen, wilde hij bij mij in een sessie dit ritueel voor zichzelf afronden. Onmiddellijk hierna wilde hij samen met zijn kinderen dit verder afronden, zodat zijn overleden vrouw ook wist dat het ook voor de kinderen prima is dat ze haar weg vervolgt.

We spraken af dat hij een afscheidsbrief zou schrijven. Bij deze brief voegde hij een kopie toe van de foto van het tekenen van de huwelijksakte in het stadhuis.

Voordat we echter aan de slag konden gaan met de brief, had hij last van een dof gevoel. In een sessie onderzochten wij dit gevoel. Hij ontdekte dat dit te maken had met een gevoel van verraad en schuldgevoel: "Ik heb nog zoveel goed te maken." Hij sprak in deze sessie naar haar uit, wat het is waar hij zich schuldig over voelde en bijna ongemerkt ervaarde hij haar vergeving. De doffe plek verdween en de weg was vrij om afscheid te nemen.

## Herwonnen vrijheid

Op de dag van het ritueel kwam hij binnen met een prachtige, eerlijke, open en intense brief. De letterlijke inhoud van deze brief is zo persoonlijk, dat het onfatsoenlijk zou zijn hem hier te laten lezen.

Inhoudelijk stond er dat het tijd was om afscheid te nemen en zij haar rust verdiend had. Dat hij hierdoor ook verder zou gaan. Hij vertelde haar dat hij steeds



Foto: Jos Olgers

## 'Ik heb nog zoveel goed te maken.'

meer van haar was gaan houden en hoe het haar lukte om na haar overlijden hem te helpen een beter mens te worden. Dan bedankte hij haar voor de kinderen die hij van haar kreeg. Hij vertelde haar dat er nu iemand anders in zijn leven was gekomen, maar dat hij pas verder wilde met deze dame, wanneer hij afscheid had kunnen nemen, zodat er ruimte ontstond welke zijn nieuwe lief op aarde in kon vullen.

Hij vertelde haar dat ze op de foto tekenden voor hun verbinding in het aards bestaan, en hij nu ging tekenen om haar haar vrijheid terug te geven en hij met zijn nieuwe liefde verder kon. Uiteindelijk bedankte hij haar voor alles wat ze voor hem betekend had.

## Voorlezen onder hypnose vanuit het hart

Ik bracht hem in hypnose en verbond hem met de diepe intentie achter deze brief en vroeg hem zijn overleden vrouw nog één keer uit te nodigen. Daarna vertelde ik hem dat hij diep in hypnose bleef, ook als hij zijn ogen opende en de brief voorlas. Op deze manier kon hij contact houden met zijn overleden vrouw.

Toen de verbinding met haar gemaakt was, las hij vanuit zijn hart haar de brief voor. Toen zette hij zijn handtekening onder op de foto. Dit betekende dat beiden vrij

waren hun eigen weg te vervolgen. Hij eindigde met een dikke afscheidskus.

Hierna hielp ik hem weer uit hypnose te komen.

Wij bespraken hoe hij die dag verder met zijn kinderen zou doorbrengen. Voor zover mij bijstaat, zijn ze hierna met elkaar naar het graf gegaan. Hier heeft het hele gezin haar bedankt en 'ontslagen' van haar zorgtaak.

Kort na deze sessie is hij gaan samenwonen met zijn nieuwe lief. Later kwam ik ze nog eens tegen, twee gelukkige mensen.

Het bovenstaande maakt zichtbaar hoe het hele proces binnen de hypnotherapie zich kan afspelen. Wanneer het tijd is voor het ritueel, is het emotionele- en inzichtgevende werk afgerond. Dan is er tijd voor het ritueel dat niets anders is dan het plechtig en definitief zetten van benodigde stappen. Wanneer het 'werk' niet eerst klaar is, is er nog geen tijd voor een ritueel!



Jos Olgers  
Hypnotherapeut  
Oprichter TranceArt Academie  
Schrijver van Hypnotherapeutische  
Handboeken