

# *Spiritueel* ontwaken

Een ingrijpende ervaring  
bracht bij Chetanya en Marianne  
een onbekende gave  
aan het licht

Chetanya is arts, schrijver én medium

# ‘Tijdens mijn ziekbed zag ik opeens overleden mensen’

*‘Twee dagen eerder dacht ik dat ik doodging en nu kon ik opeens iedereen gedachten lezen en overleden mensen zien’*

Chetanya (46), antropoloog en arts, twijfelde aanvankelijk aan haar geestelijke gezondheid, toen ze op een dag drie vage figuren aan haar bed zag staan. Maar al gauw beseftte ze dat ze plotseling paranormaal begaafd was geworden. Nu helpt ze mensen met al haar kennis én haar gave.

ik het gevoel alsof ik door de wolken vloog. Alles was wit. Alsof ik me in een heel ander bewustzijn bevond. Ik voelde me volledig omarmd in een fijne, witte energie en iemand sprak tegen me. Het was niet iets wat ik hoorde, het was meer iets wat als gevoel binnenkwam. Een nieuwe taal. Zonder dat ik vragen stelde, kreeg ik overal een antwoord op. Dit is waar het leven over gaat. En dit is de reden waarom we een ziel hebben... De grote levensvragen kwamen voorbij en op alles kreeg ik een uitgebreide uitleg. Ik kan het het best omschrijven als een soort gefluister dat door mijn lichaam ging. Het leek wel een eeuwigheid te duren en uiteindelijk viel ik in een diepe slaap. De volgende ochtend werd ik met een raar gevoel wakker. Alsof ik bekeken werd. Slaperig opende ik mijn ogen en schrok me kapot. Drie wazige gedaantes voor mijn bed starden me aan. Ze zagen eruit als mensen, maar dan wat doorzichtiger. Twee vrouwen en een man. Ik kende ze niet en het enige wat ze deden, was kijken. Zonder iets te zeggen hielden ze hun blik op mij gericht. Doodsbang riep ik mijn man. ‘Wie zijn die mensen?’ riep ik verward toen hij onze slaapkamer binnenkwam. ‘Ik zie drie mensen! Volgens mij zijn ze overleden!’ Drie mensen? hoorde ik mijn man toen denken.

Op mijn 26e ben ik afgestudeerd als cultureel antropoloog. Andere culturen fascineerden mij. Ik hield van avontuur en had al verschillende grote reizen gemaakt. Zo was ik eens in Sudan waar een groep artsen zich inzette tegen vrouwenbesnijdenis. Daar was ik erg van onder de indruk. Ik wilde zelf ook meer voor mensen kunnen doen. Als antropoloog kon ik niet concreet helpen. Daarom besloot ik net als de artsen die mij zo inspireerden, geneeskunde te gaan studeren. In die tijd werd ik nogal eens ziek, waarschijnlijk door mijn reizen. Dan had ik opeens erge last van mijn darmen. Het zal wel een virusje zijn, dacht ik dan. De klachten verminderden ook, maar na een tijdje kwamen ze terug. Dankzij een Nederlandse arts die in de tropen had gewerkt, kwam ik uiteindelijk achter de oorzaak: ik had een bacterie opgelopen waar maar weinig antibiotica tegen werken. Het was zeldzaam, maar gelukkig kon hij iets voorschrijven wat hielp. Jarenlang was ik van mijn klachten af. Tot de keer dat ik - inmiddels 33 en derdejaars student geneeskunde - plotseling weer heel ziek werd. Ik dacht zelfs dat ik doodging. Op zeker moment kreeg ik een soort bijna-doodervaring of liever gezegd: een openbaring. Zonder besef van plaats of tijd had

Waar heeft ze het over? In shock draaide ik me om. ‘Ik kan horen wat je denkt!’ riep ik verbaasd. ‘Je denkt nu dat ik gek ben geworden, dat denk ik zelf ook. Wat gebeurt er allemaal?’ Mijn man had geen idee wat hij hiermee aan moest. Ook hij maakte zich zorgen. Zou ik ziek zijn, een psychose hebben? Zou ik moeten worden opgenomen? Ik hoorde al zijn zorgen en dat maakte me nog ongeruster. Die dag bleven de drie geesten aanwezig. Ik besloot ze te negeren in de hoop dat ze weg zouden gaan. Dat deden ze niet. Tenminste, niet die dag. De volgende ochtend waren ze weliswaar verdwenen, maar toen stonden er weer andere geestverschijningen voor mijn bed. Opnieuw keken ze me alleen maar aan. Hoewel ik het nog steeds doodeng vond, kreeg ik ook het gevoel dat ze mijn hulp wilden, maar niet wisten hoe ze dat konden vragen. Zelf had ik geen idee wat ik moest doen, ik besloot ze vooral te negeren. Mijn vriendin kwam die middag langs en ik wilde me helemaal op haar richten. Tot mijn grote verbazing kon ik ook haar gedachten horen. Ze was erg bezorgd om mij en hoopte dat ik snel weer beter werd. Hoe was het mogelijk dat ik precies kon vertellen wat zij dacht? Het leek wel alsof ik een ander persoon was geworden

sinds de avond van de ‘openbaring’. Het vreemde was dat ik mij op onverklaarbare wijze ook steeds beter voelde. Was ik niet gewoon aan het hallucineren? Twee dagen daarvoor dacht ik nog dat ik doodging en nu kon ik opeens iedereen gedachten lezen en overleden mensen zien. En dat niet alleen, ik zag ook letterlijk ondertitelingen bij bepaalde dingen die ik waarnam. Was ik dan zo ernstig ziek? Gelukkig wist mijn man me een beetje rustig te krijgen. Natuurlijk vond hij het raar dat ik blijkbaar opeens paranormale gaven had, maar zo nuchter als hij is, zei hij er meteen bij dat het vast een reden had. Het feit dat ik zijn gedachten kon lezen, was al genoeg bewijs voor hem. Zelf



had ik er meer moeite mee om het te accepteren. Ik was wetenschappelijk opgeleid, niet gelovig en heel nuchter. Ik kon toch niet opeens paranormaal begaafd zijn? Ik was ondertussen thuis het contact met de geestverschijningen aangegaan en ontdekte dat het helemaal niet eng was. Het enige wat ze wilden, was gehoord worden en dat deed ik. Ergens leek er een deurtje te zijn opengegaan, ik had alleen nog geen idee hoe ik hem weer dicht kon doen. Dat had veel impact op me.

Zo liep ik in die tijd co-schappen in een ziekenhuis en dat is met paranormale gaven een heel andere ervaring, kan ik je vertellen. Als co-assistent deed ik erg mijn best om alle zieke patiënten beter te maken, maar tegelijkertijd zag ik allang welke patiënten het niet gingen redden. Die waren bijvoorbeeld omringd door andere zielen die hen kwamen halen. Het leidde tot een groot, innerlijk conflict. Waarom zag ik dit allemaal? Moest ik een taak volbrengen vanuit hoger hand of moest ik vooral handelen vanuit mijn menselijkheid als arts? Ik probeerde het zo goed mogelijk te combineren. Af en toe hielp ik anderen met readings waarbij ik onder andere boodschappen overbracht van overleden dierbaren. Na zo’n sessie was ik vaak uitgeput. Het kostte me veel energie om de dingen die ik doorkreeg over te brengen. In combinatie met een zware studie was dat bijna niet te doen. Daarom besloot ik me volledig op geneeskunde te storten, want één ding wist ik zeker: mijn studie zou ik hoe dan ook voltooien. Gelukkig lukte dit ook. Maar ondertussen was ik steeds beter gaan begrijpen wat ik met mijn gave kon. Ik beseftte dat ik ‘kennis’ doorkreeg van wat ik later ‘de alleswetende bron’ ben gaan noemen. Hierdoor kreeg ik antwoorden op heel verschillende vragen van mensen. De een wilde heel persoonlijke dingen weten, de ander had vooral zakelijke vragen. Na mijn studie koos ik ervoor om meer met mijn gave te gaan doen. Ik hoefde niet per se als arts te werken, ik kon ook mensen helpen op een andere manier. Ik ‘wist’ nu dat ik voorbestemd was om medium te zijn en wilde als medium consulten geven. Het is mijn doel om mensen in hun eigen kracht te zetten. Iedereen kan gelukkig en succesvol zijn, waar je ook vandaan komt en wat je ook hebt meegemaakt. Met mijn paranormale talenten kan ik anderen helpen en dat is ook precies wat ik met mijn boeken wil doen. Je leven kan ook anders, je moet alleen even weten hoe...’ ▶

**Meer informatie over Chetanya en haar boeken vind je op: [www.wekunnenwilveranderen.nl](http://www.wekunnenwilveranderen.nl).**



Marianne is sociaal psycholoog én helpt vrouwen met seksproblemen

# ‘Na de bevalling zat mijn lichaam helemaal op slot’

Marianne (42), sociaal psycholoog, was ongelooflijk trots op haar zoontje Ben, al betekende de traumatische bevalling wel het einde van haar fijne seksleven. Tot ze door tantra haar lichaam opnieuw leerde ontdekken. Nu begeleidt ze vrouwen met dezelfde problematiek.

zijn hoofdje in het geboortekanaal, toen zijn hartslag opeens heel laag werd. Ik hoorde het de gynaecoloog zeggen, maar was zelf zo druk bezig met persen dat ik niks kon uitbrengen. Ook niet toen ze zei dat ze mij ging inknippen. Wacht nog even, dacht ik. Geef me nog heel even, ik ben er al bijna... Maar ik had geen energie om het hardop te zeggen. Middenin een perswee gaf ze mij eerst een verdoving om tijdens de volgende wee de knip te zetten. Een flinke, in totaal zo'n zeven centimeter lang. Op dat moment had ik er geen erg in. Door de extra ruimte die gecreëerd

**I**k was 35 toen ik zwanger raakte van mijn zoon. Ik vond het geweldig. Zo bijzonder om te zien hoe mijn buik groeide. Negen maanden lang voelde ik me heerlijk. Ik keek uit naar de ontmoeting met mijn kind en wilde graag thuis bevallen. Helaas moest ik in de laatste maand van mijn zwangerschap plotseling opgenomen worden vanwege zwangerschapsvergiftiging. Omdat het voor ons allebei gevaarlijk was, werd ik al snel ingeleid. Ik was 36,5 week zwanger, veilig genoeg om de baby geboren te laten worden. Voordat ik het wist, lag ik in een verloskamer aan de weeënopwekkers. Binnen no time had ik flinke weeën en mocht ik gaan persen. Ondertussen werd de hartslag van mijn zoontje via een monitor in de gaten gehouden. Hij was al met

werd, kon mijn zoon al snel, met nog een beetje extra hulp, geboren worden. Net als alle andere kersverse moeders was ik overdonderd, toen ik hem huilend in mijn armen kreeg. Hij was er, onze zoon Ben. En wat was ik ongelooflijk trots op hem. Terwijl ik Ben kuste en knuffelde, werd mijn wond gehecht. Hoewel ik nog verdoofd was, voelde ik het gebeuren. Dat gevoel en het geluid van het garen dat door verschillende lagen huid ging, zal ik nooit vergeten. Ik kreeg vijftien hechtingen. Kun je nagaan hoe groot de knip was. Na een aantal dagen in het ziekenhuis mochten we naar huis, waar het echte

terstel kon beginnen. Alles deed pijn, ik had het gevoel alsof ik onder een vrachtwagen had gelegen. Volgens mijn gynaecoloog zou het een paar weken duren voordat alles geheeld was.

Na tien dagen voelde ik me inderdaad al een stuk beter. Ik had behoefte aan genegenheid van mijn man. Ons seksleven was voor mijn zwangerschap erg goed. Nu we allebei zoiets moois en emotioneels als de geboorte van onze zoon hadden meegemaakt, wilden we ons graag ook weer lichamelijk met elkaar verbinden. Anderhalve week na de bevalling probeerden we voorzichtig te vrijen. Echte penetratie durfde ik nog niet, daar wilde ik mee wachten tot ik helemaal hersteld was. Het vrijen was fijn, maar het was natuurlijk niet wat we gewend waren. Na weer een paar weken gingen we er helemaal voor. Ik merkte al snel dat de opwinding bij mij anders was dan voorheen. Ik was erg droog en verkrampt. Het voelde niet prettig, het deed zelfs pijn. Die avond zijn we halverwege gestopt, maar ook de keren daarna waren niet zoals we

gewend waren. Als mijn man mij aanraakte, verstijfde ik en kwam er een golf aan emoties over me heen. Ik ontwikkelde een soort afschuw voor zijn aanrakingen. Zelfs als hij mij wilde zoenen, dacht ik: oh, daar komt hij weer. Seks werd iets moeilijks voor mij. Voortdurend vroeg ik me af wat er mis was

met mij. Ik voelde zoveel verdriet, boosheid en onmacht. Waarom kon ik er niet meer van genieten? Ik had er ergens wel zin in, maar ik zat compleet op slot. Mijn man deed zijn best om het te begrijpen, maar zelf snapte ik er ook niks van. Ik had altijd zo genoten van seks met hem. Wat was er aan de hand? Kwam dit door mijn bevalling en de knip? Het leidde bij ons allebei tot frustraties. Ik besloot hulp te zoeken. Naar de huisarts wilde ik niet, ik voelde me niet vertrouwd genoeg om met hem mijn gevoelens te delen. Liever ging ik zelf op onderzoek uit. Ik heb een psychologische achtergrond en net zoals ik tijdens mijn studie gedaan had, dook ik ook nu in de boeken. Dit keer zocht ik specifiek naar seksuele frustraties na een bevalling. Al snel kwam ik erachter dat trauma's tijdens de bevalling later kunnen leiden tot problemen met seks. Ik besepte dat ik mijn trauma met de knip eerst moest verwerken, voordat ik weer kon genieten in bed.

Onder meer door middel van tantra (*een spirituele oefening om je bewustzijn te vergroten waardoor je (nog meer) kunt genieten van seks, red.*) ging ik met mijn eigen lichaam aan de slag. Ik moest mezelf weer ontdekken op het gebied van seks. Alles deed ik heel voorzichtig. Juist door zelfbeminning leerde ik mijn lichaam opnieuw openstellen voor seks. Voor mijn man was het wel moeilijk dat ik het in eerste instantie echt alleen deed. Gelukkig merkte ik op een gegeven moment verbetering. Ik kon me beter ontspannen. Uiteindelijk heb ik toen ook mijn man erbij betrokken. De seks was beter dan ooit. Ik had mijn lichaam zoveel beter leren kennen. Ook voor mijn man was het fijn dat ik mezelf nog meer durfde te geven. De hele transformatie zette me aan het denken. Als ik zoveel last



had van een knip tijdens de bevalling, hoeveel andere vrouwen hadden dat dan ook? Over een bevallingsknip wordt vaak

een beetje nonchalant gedaan. Zo van: 'O ja, ik heb ook een knipje gehad.' Maar dat 'knipje' is niet een klein sneetje in je vinger of iets dergelijks. Je wordt letterlijk in je vrouwelijk bestaan geknipt. Wat veel mensen bijvoorbeeld niet weten, is dat het meer is dan alleen een stukje huid waarin de knip vaak gezet wordt. Ze knippen ook door de spieren, de zenuwen en de klieren die zorgen voor het vochtig maken van de vagina. Dan kan seks een stuk stroever of zelfs pijnlijker worden. Precies zoals ik het zelf ook heb ervaren. Het is dus echt niet niks. Inmiddels begeleid ik als seksueel psycholoog vrouwen die hetzelfde meemaken als ik destijds. In hun veilige thuisomgeving begeleid ik ze online via Zoom met hun eigen ontdekkingsreis. Dat kan in het begin misschien een beetje raar voelen, maar er is niks waar je je voor hoeft te schamen. Tijdens een bevalling moet je je ook blootgeven. Waarom dan niet als je door die bevalling tegen bepaalde ongemakken of zelfs trauma's aanloopt?

Het valt me op dat veel vrouwen nog nooit hun eigen vagina goed hebben bekeken. Mannen weten precies hun penis eruitziet, maar vrouwen hebben vaak geen idee. Raar toch eigenlijk? Een van de eerste dingen die ik doe, is vrouwen via een spiegelkje naar hun meeste intieme plek laten kijken. Wat zie je? En wat voor gevoel krijg je erbij? Vervolgens gaan we samen kijken hoe ze hun vagina weer kunnen laten ontspannen. Hoe zorgen ze ervoor dat ze weer kunnen genieten van seks? Het is een seksuele healing waarbij je je lichamelijke trauma's op een liefdevolle manier kunt verwerken. Het heeft mij en de vele vrouwen die ik tot nu toe heb begeleid, goed geholpen. Ik geniet nu zelfs meer van mijn seksualiteit dan ik ooit heb gedaan. Nooit gedacht dat ik dit kan en dat ik andere vrouwen er ook mee kan helpen. Bijzonder hoe dingen in het leven kunnen lopen, hoe nare ervaringen je toch verder kunnen brengen." ■

**Meer informatie over Marianne van Katwijk en haar praktijk vind je op:**  
[www.unleashyourwildness.com](http://www.unleashyourwildness.com).

***‘Ik ontwikkelde een soort afschuw voor zijn aanrakingen. Zelfs als hij mij wilde zoenen, dacht ik: oh, daar komt hij weer’***