

Verklaring zoeken voor de stem

Rollenspelen, uitleg over metaforen:

Ervaringen van mensen zijn interessant, het onderzoeken waard. Zo ook stemmen horen. Stemmen horen maakt deel uit van onze existentie, vergelijkbaar met dromen. Sommige mensen doen helemaal niks met hun dromen, niks mis mee. Anderen gaan er helemaal in op. Maar dromen hebben betekenis, in ons persoonlijke leven, in onze omgeving. Soms moeilijk te ontcijferen, soms kraakhelder. Ze gebruiken een andere taal. Metaforen. Het vertalen van stemmen kun je alleen zelf, als je je geschiedenis onder ogen wil gaan zien, als je nieuwsgierig bent, als je wil onderzoeken. Net als in dromen spelen spirituele ervaringen bij stemmen horen vaak een belangrijke rol.

Onze ervaring is vaak dat stemmen het goed bedoelen. Alleen hun benadering kan nogal dominant, negatief, aanvallend overkomen.

Inhoudelijk zeggen ze soms nare dingen, althans als ik ze als naar beschouw.

Nu kan je een ervaring zien als negatief, maar ook als positief. Het glas is halfvol of halfleeg. Het is maar hoe je het ziet.

Zo kan een vader tekeer gaan tegen zijn 16 jarige dochter die pubert, die van plan is 's avonds door het donkere park naar huis te gaan, niet wil dat haar vader voor haar gaat bepalen wat ze doet, en geen boodschap heeft aan haar vader die haar wil behoeden van gevaar. Die dochter roept naar haar vader: 'Bemoei je er niet me, er is in dit park nog nooit iets gebeurd, mijn vriendinnen gaan ook altijd door dit park. De vader die iet echter steeds meer gevaar. De onrust neemt bij hem toe. En roept naar zijn dochter: Ik wil niet dat je gaat, je blijft thuis.... Etc.

Beide willen het zelfde, dat dochter een fijne avond heeft, het gezellig heeft met haar vrienden en vriendinnen. Ze begrijpen elkaar echter niet.

De vader gaat tekeer, vergelijkbaar als stemmen te keer kunnen gaan.

Wij zien vaak dat stemmenhoorders t.g.v. nare ervaringen uit hun verleden, vastgelopen zijn in emoties. Onvoldoende zicht hebben op hun triggers.

Voorbeelden van droomtaal, metaforen zijn en wat stemmen kunnen bedoelen:

Je moet dood	Begin opnieuw, cirkel van het leven, na de winter komt weer de herfst.
Ik verkracht je moeder	Laat je niet leiden door angst.
Je bent met hand	Neem je leven weer in de hand.
Je moet naar het gevang	Je hebt je zelf wel erg vast gezet met je negatieve gedachten.
Je moet naar de brievenbus	Doe iets nieuws, doe een keer iets anders.

Als je je n.a.v. het Maastrichts interview van een aantal stemmen, uitspraken van hen geïnventariseerd hebt, kan je met zijn tweeën of drieën een oefening doen, een rollenspel.

De een doet de uitspraak van de stemmen en de ander reageert erop, zoals je kan reageren als je niet bang voor persoon (die stem) bent.