**Hypnose, terug van weggeweest**

*Dr. Francine Albach*

In dit artikel wil ik ingaan op de vraag in hoeverre hypnose een methode is waarvan Christenen maar liever geen gebruik zouden moeten maken. Aan deze kwestie zitten veel kanten.

Ten eerste is het zo, dat de laatste vijftien jaar het gebruik van de hypnose in de psychiatrie weer in zwang is gekomen. Steeds meer therapeuten maken gebruik van hypnotische technieken met de bedoeling mensen van hun psychische klachten af te helpen. Deze ontwikkeling is op gang gekomen sinds de psychoanalyse in onbruik geraakt is. Tussen de tweede wereldoorlog en pakweg 1970 werden vele psychiaters en psychologen nog opgeleid met het ideeëngoed van Freud. Uitgangspunt was, dat innerlijke conflicten bewust gemaakt moesten worden door middel van een analyse en duiding van de therapeut. Freud heeft echter aan populariteit ingeboet en in plaats daarvan zijn richtingen als de gedragstherapie opgekomen.

Uitgangspunt hiervan is, dat mensen moeten leren om zelf hun gestoorde gedrag te veranderen. Onder leiding van een psychotherapeut leren ze om hun gedrag eerst te analyseren en er dan een ander gedrag voor in de plaats te stellen. Bij deze directieve gedragstherapie is hypnose gaandeweg een steeds grotere rol gaan spelen. Hypnose wordt hierbij gezien als een onderdeel van een behandeling en niet als therapie op zich. Hypnose wordt anno 1999 gebruikt bij de behandeling van zeer veel uiteenlopende problemen, zoals fobieÎn, boulimie, anorexia, pijn, astma, conversie-hysterie en dissociatieve klachten. Er wordt veel wetenschappelijk onderzoek naar het effect van hypnose gedaan en de meest gerenommeerde hoogleraren en psychiaters die studenten opleiden aan de universiteiten nemen hun toevlucht tot hypnotherapeutische technieken.

Als Christen ben ik niet gelukkig met deze ontwikkeling. Om uit te leggen wat mijn standpunt hierover is, zal ik eerst iets over mijzelf vertellen. Ik heb psychologie gestudeerd en ik ben hierin in 1993 gepromoveerd aan de Universiteit van Amsterdam. Ik heb me toegelegd op onderzoeken naar de behandeling van ernstig getraumatiseerde vrouwen; een onderwerp waarmee ik vanaf 1980 mee bezig ben.

De laatste jaren heb ik vele congressen en nascholingscursussen gevolgd op dit gebied. Sinds 1985 ben ik Christen en gaandeweg is het bijbelse denken voor mij steeds belangrijker geworden. In het begin leek belangstelling voor getraumatiseerde patiënten goed te combineren met een bijbelse kijk. Ik ging ervan uit dat Jezus zich met name uitstrekt naar allen die vermoeid, belast en gewond zijn. Naar mensen die het slachtoffer zijn van onrecht en die 'ten dode wankelen'

Mijn seculiere collega's die zich hadden gespecialiseerd op het gebied van trauma leken hetzelfde doel te hebben, namelijk genezing of verlichting van klachten van getraumatiseerde mensen.

**Hypnose als struikelblok**

Naarmate ik me verder specialiseerde in de behandeling van deze mensen, werd mij echter duidelijk dat er een heel groot struikelblok is, waar ik mij voortdurend aan stootte. En dat was voor mij hypnose. In de nascholingscursussen werd me geleerd dat de patiënten zouden genezen door ze in trance te brengen, en ze allerlei suggesties te doen. Ook werd ons onderwezen om de patiënt ertoe te brengen om zijn of haar toevlucht te nemen tot een denkbeeldige 'Veilige Plek'. De docenten die ons dit bijbrachten, voegden over het algemeen de daad bij het woord en begonnen ermee om ons, studenten, onder hypnose te brengen. (dit gebeurde meestal klassikaal).

Het kwam in niemands hoofd op om daarvoor toestemming aan de zaal te vragen. En het was als student bijna onmogelijk je eraan te onttrekken. Als je ter discussie bracht dat je dit misschien wel niet wilde, werd er geïrriteerd en verbaasd gereageerd. Wat kan een modern mens er in hemelsnaam op tegen hebben om gehypnotiseerd te worden? Hoe meer ik erover ging nadenken, hoe meer het me duidelijk werd, dat alle scrupules rond hypnose in de psychiatrie als een 'non-probleem' worden gezien. Het is taboe om hierover een discussie aan te gaan. Als Christen kreeg ik het met deze situatie steeds moeilijker. Ik heb het probleem opgelost door altijd samen met een andere Christen naar dergelijke opleidingssituaties toe te gaan, dat scheelde al.

**Hypnose als 'non-probleem'**

Maar het heeft me wel aan het denken gezet. In wat voor maatschappij leven wij eigenlijk? Degene die als hulpverlener weigert om met hypnose te werken, of die het zelfs maar waagt om het gebruik ervan ter discussie te stellen is in een vergelijkbare positie als degene die tegen abortus is. Om deze gedachte te illustreren zal ik u het volgende verhaal voorleggen.

Een vriendin van mij die maatschappelijk werkster is, en die werkte bij de afdeling gynaecologie van een groot ziekenhuis, vertelde me het volgende. Elke woensdag waren er teamvergaderingen over vrouwen die overwogen een abortus te laten uitvoeren. De medische staf voldeed aan die verzoeken als aan de vereiste procedure van een week bedenktijd was voldaan en ging dan over tot curettage of een operatie. Het was de taak van mijn vriendin om vrouwen te begeleiden in een autonome keuze voor of tegen abortus. Zij raakte hierdoor echter steeds meer met haar geweten in de knoop Op een bepaald moment besloot ze om de nieuwe encycliek van de paus over abortus en euthanasie op de woensdagochtend op de agenda te zetten. Dit idee mislukte, omdat men het nut ervan helemaal niet in zag.

De gedachte dat er een moraal idee zou bestaan, op grond waarvan het verkeerd is om een ongeboren baby te doden, was een 'non-probleem' geworden. Er kon niet meer over gediscussieerd worden. Uiteindelijk heeft zij besloten ontslag te nemen. Waarom vertel ik dit verhaal? Om aan te geven dat de medische- en de psychiatrische wetenschap helemaal niet geïnteresseerd is in kwesties, die voor een Christen zo belangrijk zijn.

Wanneer het om hypnose gaat, moeten we hiermee rekening houden. Het is de realiteit dat Gods tien geboden in de maatschappij steeds meer als irrelevant worden beschouwd. (Met name het eerste, zoals onlangs bleek uit een onderzoek van de NCRV)

Ik vind het zelf heel moeilijk om hier mee om te gaan. Ik kan er natuurlijk voor kiezen om met de 'wereld' niets meer te maken te hebben en om te doen alsof er alleen nog maar mensen zijn die zich aan Gods wetten nog wel iets gelegen laten liggen. Dat is echter niet reeël. De abortusklinieken, de euthanasie-praktijken in de verpleegtehuizen en het occultisme op scholen of in de psychiatrie zullen hierdoor beslist niet van de aardbodem verdwijnen. Wanneer wij als Christenen doen alsof we op een eiland leven, zal God ons dat niet in dank afnemen. Wij zijn immers het zout der aarde, en wat heeft men eraan als dat zout in het zoutvat blijft zitten en ongebruikt blijft? Bovendien kom je als mens maatschappelijk gezien door een dergelijke keuze in een isolement. De ogen sluiten voor de realiteit is daarom voor mij geen reÎle optie.

**Gods Woord**

Wat dan te doen? Laten we er eens mee beginnen om het 'non-probleem' van de psychiatrie nu eens wel als een interessant thema te beschouwen. De eerste vraag is dan, wat is er in de Bijbel hier over te vinden? *"Ik ben de Heer, jullie God. Ik heb je uit Egypte gehaald, uit dat slavenoord. Houd er geen andere goden op na Ik ben er immers. Maak geen afgodsbeeld; niets van wat er in de hemel, op aarde of in het water onder de aarde is, mag je afbeelden. Kniel voor zulke goden niet neer. Vereer ze niet, want Ik, de Heer, ben jullie God Ik duld geen andere goden naast Mij."(Deut. 5: 6-10)*

In deze twee passages staat, dat wij ons houvast moeten zoeken bij God en niet bij iets anders. Ik begon me af te vragen of dit alleen maar letterlijk bedoeld wordt. Ik denk het niet. Bedoeld wordt niet alleen dat je je moet richten op iets anders dat zichtbaar is (een afgodsbeeld). Het lijkt er ook om te gaan dat je je überhaupt niet op iets anders moet richten, of het nu geld is, sport, eer en succes of je eigen fantasieën.

Er staat in de Bijbel ook, dat mensen ervoor moeten zorgen dat ze niet in slaap vallen, dat ze alert blijven, dat ze kritisch en wakker blijven. Als ze dat niet doen, lopen ze gevaar om misleid te worden of om van God af te dwalen. Het lijkt echter wel alsof in onze maatschappij de mensen juist de laatste tijd minder waakzaam worden, alsof het geweten van mensen in slaap gesust wordt (euthanasie bij kinderen moet al kunnen). Teeners zijn dol op pillen en trance-opwekkende muziek; vele huisvrouwen verdoven zichzelf door de hele dag voor de T.V.; terwijl mannen hetzelfde doen door uren achter elkaar te internetten aan de computer.

Sommige christenen menen dan ook dat we in de 'eindtijd' leven en dat het niet lang zal duren totdat Jezus terugkomt. Uit een onderzoek van de NCRV bleek dat 53% van de evangelische gelovigen er zelfs van uitgaat, dat Jezus' wederkomst nog tijdens hun leven zal plaatsvinden. Juist daarom worden de volgende woorden uit de Bijbel steeds actueler: *"Weest op uw hoede, weest waakzaam; want gij weet niet wanneer het ogenblik daar is. Het is ermee als met een man die in het buitenland vertoeft. Bij het verlaten van zijn huis, heeft hij aan zijn dienaars het beheer overgedragen; aan ieder zijn taak aangewezen en de deurwachter bevolen waakzaam te zijn. Weest dus waakzaam, want ge weet niet wanneer de heer des huizes komt, 's avonds laat of midden in de nacht, bij het hanengekraai of 's morgens vroeg. Als hij onverwachts komt, laat hij u dan niet slapende vinden. En wat Ik tot u zeg, zeg Ik tot allen: weest waakzaam." Markus 13:33-37*

**Hypnose leidt af van Gods geboden**

Ten eerste komen mensen tijdens hypnose in een bewustzijnstoestand, waarin het kritische denkvermogen op non-actief wordt gesteld. Van waakzaamheid is dan geen sprake meer. Een persoon, die in hypnose is, maakt gebruik van 'trance-logica' (zie Van Dyck, 1991, p.100). In deze bewustzijnstoestand hebben mensen een tolerantie voor logische incongruïteit. (een patiënt van mij was er b.v. vast van overtuigd, dat ze zou kunnen vliegen, als ze een geheim verraden had. Ze wist wel dat mensen niet kunnen vliegen, maar een hypnotiseur had haar geleerd dat 'verraders' wel zouden kunnen vliegen en zij was op dat moment een verrader).

Contact met de realiteit ontbreekt hier, maar ook de geestelijke waakzaamheid loopt gevaar. Dit is met name het geval, wanneer mensen met problemen door hypnotiseurs ertoe worden verleid om in gedachten hun toevlucht te nemen tot prettige herinneringen. De hypnotiseur leert de patiÎnt oefeningen aan, die erop gericht zijn naar een prettige of veilige plek te gaan. Men wordt aangespoord om zich deze plek voor te stellen als iets wat heel reëel bestaat. Men moet dit 'visualiseren', en hoe echter de fantasie lijkt, hoe beter het is. Maar wordt men er zo niet toe aangespoord om de eigen fantasie als een betrouwbaarder houvast te gaan beleven dan God en Zijn Woord?

**Maar soms heb je trance nodig**

Met een dergelijke conclusie zouden we de discussie wel kunnen stoppen, maar zo eenvoudig ligt het niet. Het probleem is namelijk, dat er in onze maatschappij mensen zijn, die zwaar in de knoei zitten, zoals vrouwen die ongewenst zwanger zijn. Of getraumatiseerde mensen. Wanneer je Gods richtlijnen als de enige maatstaf zou nemen, kan dat heel wreed overkomen. Want mensen kunnen nu eenmaal wel eens in de situatie verkeren, dat zij zich bijna niet, of alleen maar ten koste van hele grote offers, aan Gods wetten kunnen houden. Het is dan onze taak, als christelijke hulpverleners, om hen daarbij te helpen. We kunnen ons er niet zonder meer van af maken door naar Gods Woord te verwijzen, want dan zouden we hetzelfde doen als de farizeeÎn deden in Jezus' tijd:

*"De schriftgeleerden en de farizeeën zijn bekleed met het gezag van Mozes. Houdt u dus stipt aan alles wat zij u zeggen, maar neem geen voorbeeld aan hun daden. Want wat zij zeggen, brengen zij niet in praktijk. Zij binden zware pakken en leggen die op de schouders van de mensen, maar zelf willen zij geen vinger uitsteken om bij het dragen te helpen." (Matt.23: 2-5)*

Wanneer we zouden zeggen dat mensen altijd maar waakzaam moeten zijn en nooit hun toevlucht mogen nemen tot een vlucht in de fantasie, leggen we sommige mensen 'zware pakken op de schouders'. Waarom is dit zo? Ik zal dit hieronder uitleggen.

Sommige mensen hebben het nodig om zichzelf in een trance-toestand te brengen, omdat hun dagelijks leven absoluut onverdraaglijk is. Ik heb het hier over zwaar gestoorde personen, die een Meervoudig Persoonlijkheids Stoornis / Dissociatieve Identiteits Stoornis hebben ontwikkeld. Deze mensen slagen erin om hun onmenselijke omstandigheden te vergeten door zich te verbeelden dat ze iemand anders zijn of door zich voor te stellen dat ze denkbeeldig de kamer uitzweven en zo aan de realiteit ontvluchten. (zie Huber, 1997) Deze mensen hebben zichzelf spontaan aangeleerd om in trance te komen.

Dit wordt zelfhypnose genoemd. Het nut hiervan is dat ze niet sterven van de pijn of van de vernedering; zij blijven in leven en wachten tot de omstandigheden veranderen. De winst is dat ze het leven behouden en dit bedoel ik letterlijk. (ik zal de lezer hier niet vergasten op een uiteenzetting over martelingen, die sommige ritueel misbruikte patiënten hebben ondergaan, maar ik wil wel even zeggen, dat er sektes zijn, waar slachtoffers anno 1999 in onze maatschappij het risico lopen om vermoord te worden als zij ongehoorzaam zijn. Denk maar aan de affaire Dutroux en het verslag van X1, zie Louf, 1998)

Fantaseren, jezelf in trance brengen, is voor slachtoffers hier een onmisbare 'overlevingsstrategie'. Nu lijkt het me dat overleven op zich in overeenstemming is met Gods bedoeling. God wil niet dat getraumatiseerde mensen aan hun pijn bezwijken, of zichzelf suïcideren. God wil leven en overvloed voor mensen. Het probleem is alleen, dat deze ongelukkige mensen dat doel bereiken door gevaarlijke middelen te gebruiken. Hierbij kunnen ze nog geholpen worden door allerlei hulpmiddelen, zoals drugs, een bepaald soort muziek, of allerlei hypnotische technieken.

**Hypnose werkt**

De afgelopen tweehonderd jaar is er veel geschreven door auteurs, die zich hebben verdiept in hypnose, suggestie, trance of hoe je het noemen wilt. (zie Ellenberger, 1970) Deze literatuur gaat niet alleen over mensen die zelfhypnose toepassen, maar ook over zogenaamde 'hetero-hypnose', d.w.z. de situatie dat een arts of therapeut een patiënt in trance brengt om diens gedrag te beïnvloeden.

Uit deze uitgebreide literatuur blijkt dat hypnose werkt (zie van Dyck, 1991). Je kan er vele verschillende soorten van klachten mee beïnvloeden, zoals angst-stoornissen, eetstoornissen en met name pijn (pijnbeleving).

En dat is nu een argument, dat het in deze tijd heel goed doet. Wat kan er voor kwaads in zitten om een methode te gebruiken, waardoor het lijden van een mens verlicht wordt? Een methode, die werkelijk effect heeft? Pragmatisme is een uitgangspunt dat in de psychiatrie nogal in zwang is. Ook hiermee heb je als christen te maken, wanneer je er tegen bent dat mensen in trance raken. Ik vind zelf het argument dat hypnose werkelijk werkt en dat het het lijden van de mensen kan verlichten, een heel moeilijk argument. Want is dat niet precies wat je als Christen ook wilt bereiken?

Wat voor alternatieven hebben wij als wij wat kennelijk zo verlichtend kan werken, weggooien? Deze vraag heb ik voor mezelf niet opgelost, maar op dit moment, en dat komt door de ervaringen in mijn eigen leven, kies ik er toch voor om God te gehoorzamen en om in mijn werk als psychotherapeut hypnose niet te gebruiken.

**Mijn eigen leerschool in de hypnose**

1) Ik heb zelf korte tijd hypnosetherapie gehad, omdat ik last had van onverwerkte jeugdervaringen. Ik heb het echter niet langer dan een maand volgehouden. De hypnotherapeute begon haar behandeling ermee mij te verzoeken om een denkbeeldige trap af te lopen, waarna ik me moest voorstellen dat ik me in een omheinde tuin bevond. Ik kon me dat heel goed voorstellen, maar nadat ze me denkbeeldig weer diezelfde trap had laten opstijgen, kwam ik niet helemaal weer bij de wereld. Ze legde me uit dat ik deze oefening wat vaker moest gaan doen, want als ik in een moeilijke situatie zat, kon ik mijn toevlucht hiertoe gaan nemen. Als ik dit onder de knie zou hebben, zou ze verder gaan exploreren, wat er in mijn jeugd was gebeurd.

Ik heb dit als heel beangstigend ervaren, omdat zij mij er in feite toe aanspoorde om een gefantaseerde situatie als meer reÎel voor te stellen dan de werkelijkheid. Ik weet nog dat ik op straat liep en me er bijna schuldig over voelde, dat ik haar suggestie om me een prettige fantasie-wereld voor te stellen niet op waarde wist te schatten. Naderhand heb ik begrepen dat door hypnose mensen het contact met de werkelijkheid kwijt kunnen raken, dat hun 'realiteitstoetsing' defect kan raken. Dat is de reden dat er bij mensen, die aanleg hebben om psychotisch te worden, afgeraden wordt om hypnose te gebruiken. Er bestaat dan een gevaar voor 'decompensatie' (oftewel je wordt 'gek', zoals dat in de volksmond heet).

2) In mijn werk heb ik vele vooraanstaande hypnotiseurs (m/v) leren kennen. Verschillenden van hen vertelden me aan mijn gezicht te kunnen zien dat ik bijzonder goed hypnotiseerbaar was. (Ik zou een 'hypnotisch talent' zijn, zoals dat serieus heet) Dit werd mij op een vriendelijke, maar hooghartige manier medegedeeld, waarbij ik me niet aan de indruk kon onttrekken, dat ze hun hypnotherapeutische kunnen bijzonder graag op mij hadden willen uitproberen. Ik heb dit ervaren als een uiting van machtswellust, waarbij werd uitgetest in hoeverre ik bereid was mij aan hen te onderwerpen.

3) Tijdens een nascholingscursus, waarbij een gerenommeerde trauma-therapeute een workshop gaf, gebeurde het volgende. Ik was toen al Christen en ik begon zo mijn vraagtekens te stellen bij methoden, die naar hypnose roken. Op een zaterdag was ik aanwezig in een volle zaal, waar er zou worden uitgelegd hoe men getraumatiseerde mensen kon genezen door middel van de zogenaamde 'Rapid Eye Desensitisation methode'. Dit houdt in dat iemand zijn vinger voor je ogen heen en weer beweegt, waardoor je een beetje daas wordt en in trance raakt. Terwijl de therapeut dit doet, moet je een traumatiserende gebeurtenis in gedachten nemen. Er werd verkondigd dat na afloop van het heen en weer bewegen van de vinger de herinnering aan de gebeurtenis verdwenen zou zijn. Een en ander werd aangedikt door te schermen met wetenschappelijk onderzoek, waaruit moest blijken dat het hele verhaal klopte. Als wetenschappelijk onderzoeker had ik hier zo mijn bedenkingen bij, die ik niet onder stoelen of banken stak.

In de pauze liep ik naar buiten en bad tot God met de vraag om mij een teken te geven of deze methode nu zuivere koffie was of niet. Toen ik terugkwam van de middagpauze kwam de assistent van de therapeute naar mij toe met de vraag of ik maar weg wilde gaan. Op mijn verbaasde vraag hoezo, ik had toch betaald, werd me medegedeeld dat de therapeute mij er die middag niet bij wilde hebben. De rest van het gezelschap maakte zich op om de Rapid Eye methode met elkaar te gaan oefenen. En daar stond ik dan op straat. Toen herinnerde ik me welk verzoek ik net aan God had gedaan. Het antwoord was duidelijk. God had mijn gebed verhoord en me laten zien dat dit geen zuivere koffie was.

4) Tijdens een congres raakte ik aan de praat met een collega, die zich ook bezig hield met overlevenden van extreem geweld. Het probleem bij deze patiënten is, dat zij vaak amnesie (geheugenverlies) hebben voor hun trauma's. Deze collega, een gerenommeerde gedragstherapeut, vertelde me heel simpel dat hij dit probleem oploste door zijn toevlucht te nemen tot een waarzegger. Dat was zo handig, want die kon dan meteen vertellen wat er in het verleden van de patiÎnt was gebeurd. Als Christen gruwel je echter van zo'n oplossing, omdat je weet dat God waarzeggerij heeft verboden.

5) Een ander voorbeeld heeft te maken met ritueel misbruik. Van dichtbij maakte ik het volgende mee. Een collega van mij, een hypnotherapeute die al jaren werkte met overlevenden van extreem geweld, had een patiënt, die in een sekte zat. Deze vrouw was op een moment bij haar en kreeg opeens een visioen van wat er kilometers verderop gebeurde tijdens een satanisch ritueel. Tegelijkertijd verscheen er opeens een soort spook in de behandelkamer, dat werd waargenomen door het driejarig zoontje en door de echtgenoot van mijn collega. Goede raad was duur, tot er een huisvriend werd bijgehaald, die zich in de New Age had gespecialiseerd. Hij beval het spook op te hoepelen en de rust keerde weer.

Pas vele jaren later, toen ik er in mijn eigen praktijk zelf mee te maken kreeg, begreep ik dat hier sprake geweest was van een 'astrale projectie', oftewel uittreding; een kunst die de betere satanist goed verstaat. Wat je er als Christen tegen kan doen, staat beschreven in de boeken van Rebecca Brown (Brown, 1992, p.254.). In dit geval liep het minder goed af.

Mijn collega werd uiteindelijk zwaar overspannen. De patiënt was woedend dat mijn collega niet langer in staat was om haar te begeleiden en schreef haar jarenlang dreigbrieven. Ook het huwelijk van mijn collega begon te verslechteren. Mijn collega is nu gescheiden en gestopt als psychotherapeut. Door dit soort verhalen ben ik steeds waakzamer geworden. Ik begon door te krijgen dat je zonder Gods bescherming in de behandeling van gehypnotiseerde en getraumatiseerde vrouwen misschien zelf wel groot gevaar loopt.

6) Naar mate ik meer te maken kreeg met hypnotiseurs, maakte ik steeds vreemdere dingen mee. EÈn van de meest favoriete methoden om te beginnen met hypnotische oefeningen is de methode van de 'Veilige Plek' (zie van der Hart, 1995, p.254). Een collega, die met zwaar getraumatiseerde vrouwen werkt, had haar werkruimte vol hangen met tekeningen en foto's van zwanen. Wat bleek, de zwaan was voor haar assistente (een ex-patiënt van haar) vroeger als kind een veilig toevluchtsoord geweest, waar zij denkbeeldig bij kon schuilen als het allemaal te erg werd. Heel serieus werd me verteld dat het zo positief werkte als je in gedachten naar een zwaan zou gaan en dat de therapeute zelf dit geleerd had van haar assistente. Zij meende werkelijk dat je hierbij soelaas kon vinden. Verbijsterd hoorde ik dit hele verhaal aan. Het feit dat deze therapeute door drie verschillende patiëntes in een proces verwikkeld was geraakt, waarbij er nogal vreemde praktijken aan het licht kwamen, droeg er bepaald niet toe bij om haar, met haar idee van het zoeken naar een dergelijke denkbeeldige plek, na te volgen.

7) Omdat ik nog steeds niet helemaal was overtuigd van het idee, dat het zoeken naar een denkbeeldige veilige plek niet in orde was, heb ik voor een patiënte van mij die in een sekte zat, geprobeerd om op een bandje een tekst in te spreken. Hierbij verwoordde ik haar fantasie van een bijzonder prettige plek, waarbij ze in een kerk zat zonder dak en vanwaaruit je zo de blote hemel kon zien, waar planten groeiden en iedereen, ook dieren en huilende kinderen, welkom was. Een hele mooie ontroerende fantasie. Het bandje met deze tekst erop nam ze mee naar huis.

Onderweg werd ze echter ontvoerd. De daders waren zo slim om het cassettebandje op te zetten terwijl ze haar blinddoekten en haar suggereerden dat ik in dezelfde ruimte was, waar zij intussen was vastgebonden. De bedoeling was, dat zij zou denken dat ik ook van de partij was. Gelukkig herinnerde ze zich opeens dat mijn stemgeluid meestal gepaard ging met een bepaalde geur (ik had meestal dezelfde parfum op) en die ontbrak op dat moment. Zo kon deze, bijzonder suggestibele en goed hypnotiseerbare persoon toch nog ontdekken dat de 'Veilige Plek' van het bandje slechts een bandje was. Mij heeft dit geleerd om zulke trucs nooit meer te gebruiken.

8) Inmiddels had ik ook zelf verschillende patiëntes in therapie, die opgevoed waren in een satanische sekte. Nu wordt er door satanisten uitgebreid gebruik gemaakt van hypnose. Satanisten zijn bijzonder goede psychologen. Zij weten helaas veel meer af van hypnose dan de Christenen. De meest deskundige Christenen (zoals degenen die gespecialiseerd zijn in pastoraat, Christen-psychologen / psychiaters en degenen die zich bezig houden met geestelijke strijd) beseffen volstrekt niet dat zij niet kunnen tippen aan het psychologische vakmanschap van satanisten.

Van kinds af aan wordt kinderen in satanistische sektes geleerd om in trance te gaan en de bevelen van hypnotiseurs op te volgen (zie Huber, 1999, p.248). Zij zijn het slachtoffer van allerlei misdrijven, zoals mishandeling en verkrachting. Hen wordt echter na afloop van het misdrijf gesuggereerd dat ze het gebeurde moeten vergeten. Mochten zij er iets over vertellen, dan moeten zij zich direct (telefonisch) melden, ze moeten meteen naar een flatgebouw gaan om zich daar van de bovenste verdieping te storten. Of ze krijgen vreselijke hoofd- en buikpijn of ze moeten zich met hun auto tegen een boom rijden.

Het valt niet mee om hier iets tegen te doen. Dergelijke programmering (want zo heet dit soort van hypnose) is bijzonder effectief. De patiënt begint namelijk bij het rapporteren van dergelijke verhalen meteen in een soort van bewustzijnstoestand te verkeren, waarbij er sprake is van een ander soort denken ('trance-logica'). Als ik mijn patiënte vroeg wat er zou gebeuren als ze van die flat afsprong, antwoordde ze me dat ze dan zou vliegen. Als ik haar vervolgens vroeg of mensen inderdaad kunnen vliegen, of dat dat misschien alleen voorbehouden is aan vogels, antwoordde ze dat mensen niet kunnen vliegen, maar 'verraders' wel. Zij zou een verrader zijn, zodra ze de bevelen van de hypnotiseurs (post-hypnotische suggesties genaamd) niet zou opvolgen, dus zou ze kunnen vliegen. Bedenk maar eens een argument dat de persoon wakker schudt.

9) Mijn afkeer van het gebruik van hypnose werd door deze ervaring natuurlijk niet minder. Het laatste wat ik de lezer nog wil vertellen, heeft te maken met occultisme. Nu is het zo dat niet alleen hypnotiseurs, die mensen kunnen kersenspoelen, maar ook hun slachtoffers, van hypnose en trance gebruik maken. Je kan verwachten dat ernstig getraumatiseerde patiënten geregeld in trance gaan. Om contact met ze te hebben, is het noodzakelijk hen tot op zekere hoogte in deze trance wereld te volgen. Daar ontkom je nu eenmaal niet aan.

Het is een bekend verschijnsel dat hypnotherapeuten zelf tijdens de toepassing van hypnose spontaan in trance raken ( zie van Dyck, 1991, p. 123). Hypnose is geen ÈÈnrichtingsverkeer; niet alleen hypnotiseert de dokter de patiënt, nee, vaak is het ook omgekeerd. Dit kan er toe leiden dat de behandelaar zwaar in de war raakt. Zo hoorde ik onlangs dat er een aantal therapeuten door hun omgang met hoog hypnotiseerbare patiënten zelfs psychotisch geworden zijn. Patiënten kunnen dus 'besmettelijk' zijn met hun (geestes)ziekte.

Er is nog een probleem. Patiënten kunnen ook nog eens blijken te beschikken over paranormale vermogens (ze krijgen boodschappen van personen, die niet lijfelijk in de kamer aanwezig zijn, ze kunnen de toekomst voorspellen, enz). Als sceptische wetenschapper neem je dergelijke mededelingen met een korreltje zout. Wat me daarbij verontrust is echter het feit dat sommige collega's juist gecharmeerd zijn van dit soort van 'gaven'. Tijdens een postdoctorale opleiding vertelde ÈÈn van onze docenten ontroerd dat zijn patiënten zo goed in staat waren om de toekomst te voorspellen van hem en zijn familieleden.

Een gerenommeerde psychiater die een dergelijke patiënt had behandeld, deelde tijdens een speech mee dat zijn patiënte hem had geleerd, dat er niet alleen deelpersonen in haar huisden, maar ook 'lifters', dat waren wezens van een andere dimensie, van wie men toch zoveel kon leren. Als Christen is dit echt een brug te ver, omdat bekend is dat er zoiets als demonie bestaat, waar je juist niet voor open hoort te staan.

Al met al komt het er dus op neer, dat de slachtoffers van extreme vormen van hypnose de therapeut kunnen 'besmetten' of hem of haar ertoe kunnen verleiden om zich open te stellen voor occulte zaken.

**Gehoorzamen aan God is belangrijker dan winnen en scoren**

Wat heb ik van dit alles geleerd? Ik kan van mezelf rustig zeggen dat ik veel uit de hypnose-wereld heb uitgeprobeerd, maar dat het me niet is meegevallen. Mijn ervaringen zijn in de loop van de jaren alleen maar negatiever geworden. Gaandeweg ben ik er steeds meer voor gaan kiezen om me tot God te wenden en om in gebed te gaan in situaties, waarin door mijn seculiere collega's hypnose wordt aangeprezen.

Eerlijkheidshalve kan ik echter niet zeggen dat daardoor mijn patiënten op slag zijn genezen. Maar zo langzamerhand is dat voor mij ook niet meer het belangrijkste. Het kan me niet meer zoveel schelen of ik wel of niet scoor door iemand te genezen (al of niet door hypnose). Het gaat me er ook niet meer om om gelijk te krijgen. Wanneer je zo lang te maken hebt met dit soort van schemerige zaken, worden andere dingen belangrijker. Zoals: hoe overleef ik mijn patiëntes? Hoe voorkom ik dat ik me laat misleiden? Stel ik inderdaad God en Zijn geboden op de eerste plaats of zijn er andere motieven in mijn leven (zoals eer, succes, rijkdom)? Welke keuze maak ik als mens, als gelovige? Leef ik wel heilig genoeg? Moet in de begeleiding van satanische patiëntes de psychologie eigenlijk wel de hoofdrol spelen? Sta ik als psycholoog hier eigenlijk niet machteloos met mijn wetenschappelijke kennis? Zo raakt mijn identiteit als psycholoog meer en meer op de achtergrond.

Op dit moment weet ik niet eens of ik de vraag naar de toelaatbaarheid van hypnose al of niet zo'n belangrijke kwestie meer vind. Ik heb me hier jarenlang mee gekweld, tot het me nu langzaam begint los te laten.

Ik weet nu dat ik door mijn ervaringen iets heel belangrijks heb geleerd, namelijk dat je als mens zelf veilig bent als je je geloof op God stelt. En wel op een God, wiens woord is opgeschreven in de Bijbel, niet een privé-God, die je maar voor jezelf in elkaar geflanst heeft. Nee, een God, die de verborgen dingen kent en die ons ertegen beschermt, als wij maar op Hem vertrouwen. Niks geen denkbeeldige plek. Nee, een weliswaar onzichtbare, maar toch wel degelijk bestaande plek, waar al eeuwen lang Christenen hun toevlucht nemen. Leg dat maar eens uit aan de gemiddelde seculier collega.

Dat valt niet mee, maar toch heeft ieder mens de vrijheid om voor deze heilige God te kiezen. Als je je eigen hoogmoed maar weet opzij te zetten.

"Heer, ik ben niet hooghartig,   
ik kijk niet op anderen neer,   
ik streef niet na wat mij te boven gaat,   
wat onbereikbaar voor mij is.   
Mijn hart is tot rust gekomen,   
als een kind in de armen van zijn moeder,   
zo rustig ben ik,   
IsraÎl, vestig alle hoop op de Heer, nu en altijd."   
(Psalm 131)

***Dr. Francine Albach*Jan 2000**

**LITERATUUR:**

Brown, R. (1992) Prepare for war; Springdale, Whitaker house   
Brown, R. (1990) Becoming a vessel of honor; Springdale, Whitaker house   
Dyck, van R, e.a. (1991) Hypnose en hypnotherapie; Bohn, Stafleu en Van Loghum   
Ellenberger, H.F. (1970) The discovery of the unconscious; New York, Basic Books   
Hart, van der O. (1995) Trauma, dissociatie en hypnose, Lisse, Swets & Zeitlinger   
Huber, M. (1991) Meervoudige persoonlijkheden; een handboek voor overlevenden van extreem geweld; Amsterdam, Wereldbibliotheek.   
Louf, R. (1998) Zwijgen is voor daders; De getuigenis van X1, Baarn, de Fontein.

--------------------------------------------------