



## Te zien in... Aflevering 166: Boek *Life without Grace* over alleengeboren tweelingen

maandag 18 april 2022

**NEDERLAND – Het thema ‘Eerste Liefde’ van Boekenweek 2022 is indrukwekkend verwoord in het eind 2021 gepresenteerde boek en werkboek van auteur, trainer, uitgever en tweelinghelpt Joyce Beckker. Haar doordringende herinnering: “Voor mijn embryonale ogen stierf de fysieke vorm van mijn zus. Mijn eerste grote liefde was verdwenen”, heeft ze omgezet in verhalen en helende oefeningen.**

Gerhild van Rooij

### **JOYCE BECKKER**

Joyce Beckker (1959) is auteur van zeven boeken en moeder van twee geboren kinderen en drie zielskinderen en ontdekte na erkenning van haar tweelinghelpt of verdwenen eerste liefde Grace, dat ze niet in de overlevingsmodus hoefde te leven, maar voluit kon leven. Op coachingsgebied ontwierp ze twee kaartsets en de coachmethode Rejoyce Xpress, die haar meer levensenergie heeft gegeven. Haar miskramen, het gevoel van eenzaamheid en het lange tijd ontbreken van levenslust kon ze daarmee een plaats geven. Het is nu haar levensmissie om werelden te verbinden, de binnen- en buitenwereld, de fysieke en de andere kosmische, waarmee iedereen verbonden is vanuit een hoger bewustzijn, hier en nu. In *Life without Grace\**, *Autonoom leven en werken zonder je tweelinghelpt* brengt Beckker verhalen en verslagen hoe ervaringen van alleengeborenen van jongs af (onbewust) doorwerken in verschillende levensgebeurtenissen. Het is te merken dat zij een ervaren auteur is, het boek leest als een trein.

### **DIEPZIEL DUIKEN**

Het boek kan op drie manieren gelezen worden, als verhalenbundel, of oefeningenboek, of als verhalen met als reflectie oefeningen om jezelf extra te verdiepen. De na elk verhaal geplaatste oefeningen zijn deels fysiek, bijvoorbeeld bij het staan en bewegen bij je ruimte innemen en (zelfstandig) bestaansrecht opeisen, niet alleen maar als helpt van.... Bij andere hoofdstukken zijn de oefeningen eerder mentaal, emotioneel, bijvoorbeeld de band met je moeder begrijpen via ‘diepziel duiken’, zien waarom oudste dochters de te zware moedertaak soms overnemen of inzien waarom je meer compassie opbrengt voor anderen dan jezelf (mag jij er helemaal zijn?). Het constante gevoel niet goed genoeg te zijn is vaak verbonden aan de al of niet bewuste trouw aan de embryonale tweelinghelpt. Het ‘niet goed genoeg voelen’ geeft een risico op grensoverschrijdend gedrag waarbij de alleengeborene bevriest (niets voelen?).

### **BALANS**

De verhalen laten zien wat een alleengeborene op uiteenlopend gebied kan overkomen

en ervaren. Verlatings- of bindingsangst, neiging tot onder meer anorexia of boulimia, komen veel voor bij alleengeboren tweelingen of meerlingen. Beckker schetst hoe belangrijk het is je fysiek, mentaal, emotioneel en spiritueel te ontlasten en goed te voeden. Ze geeft tips om goed geaard en in verbinding het leven hier en nu te leven, en je er niet (voor een deel onbewust) aan te onttrekken. Ook een alleengeboren man die zijn kracht niet wil laten zien en alleen maar wil pleasen leeft geen vol leven. Partnerkeuze uit schaarste en tekort aan verbinding met de niet-aardse tweelinghelpt is niet vervullend. Rode draad in de verhalen van alleengeboren twee- of meerlingen is een constant alleen voelen, weinig zelfvertrouwen verwerven, leven met een angst voor het aangaan van relaties, en een voortdurend onbestemd schuldgevoel dat overal in het leven doordringt, thuis, op het werk of buiten de deur.

### **COMPASSIE, EXTRA WERKBOEK**

Beckker beschrijft in *Life without Grace*, met compassie diverse omstandigheden waarbij het in alle cellen opgeslagen prenatale verlies oppopt. Ruim een op de tien personen start in de baarmoeder als twee- of meerling maar wordt alleen geboren met soms verstrekende gevolgen. Zelf noemt Joyce Beckkers haar tweeling-zielszus Grace. In de verhalen over haarzelf en anderen laat ze zien hoe er met het erkennen en herkennen van dit diepgenestelde verlies ruimte ontstaat. De eigen levensenergie hoeft niet meer geketend te worden door een (onbewust) overheersend verlangen naar hereniging. Beckker wil anderen bereiken die ook hun perspectief op een tweeling of meerlingverlies willen veranderen om hun schuldgevoelens te laten gaan en bijvoorbeeld kansrijke relaties aan te trekken. Zij schenkt haar lezers daarom een bijbehorende digitaal werkboek om zelf de eigen ervaringen en inzichten te bundelen als persoonlijk naslagwerk.

### **POP-UP**

Of het nu gaat om de eigen identiteit, verhouding tot de moeder die in haar zwangerschap een kind verloor en een kind kreeg, of het eigen, vaak negatieve lichaamsbeeld (mag ik er wel zijn) en de liefdesrelaties (minder belangrijk dan de in de embryonale tijd verdwenen eerste liefde?), het zelf reflecteren naar aanleiding van de verhalen in dit boek geeft inzicht in verbinding. Hoe ervaart een alleengeborene het verdriet en onzekerheden van miskramen en het eigen moederschap of het verloop van vriendschappen en de omgang met verjaardagen (is er iets vieren?). Wat betekenen de oude woonplekken (settelen?), het reizen (altijd op zoek?), de omgang met onrecht, waarheid of geld (verdien ik dat)? De Rejoyce Xpress-reiscoaching vanaf Station Verdriet tot Schuldgevoel inspireert en komt uit bij jezelf, met minder ballast en meer inzicht en vooral grotere vrijheid om zelf volledig te zijn.

AUTEUR: Gerhild van Rooij