

Voorwoord



Dit belangwekkende en boeiende boek gaat over het intensieve proces van sterven, over het proces van acceptatie en overgave en in het bijzonder over bijzondere bewustzijnservaringen die tijdens het stervensproces regelmatig blijken voor te komen. Dit boek is belangrijk omdat in onze westerse wereld sterven en dood nog steeds zo'n taboe zijn. De dood lijkt uit onze maatschappij verbannen, terwijl het 'dood' normaal is dat er dagelijks mensen sterven. In Nederland sterven er gemiddeld 375 mensen per dag en dat betekent dat er in ons land jaarlijks ruim 135.000 mensen overlijden. Sterven is net zo normaal als geboren worden. Vaak gestelde vragen in de laatste levensfase zijn: wat betekent eigenlijk dood, wat is leven en wat gebeurt er als ik dood ben? Waarom zijn de meeste mensen er zo bang voor? De dood kan na een zwaar ziekbed toch ook een bevrijding zijn? Waarom beleven artsen het overlijden van een patiënt nog vaak als medisch falen? Omdat de patiënt niet in leven is gebleven? Waarom mag men niet meer 'gewoon' doodgaan aan een ernstige, terminale ziekte, maar kiezen mensen in het eindstadium van een kwaadaardige ziekte soms toch nog voor chemokuren of moeten mensen eerst nog aan de beademing en aan kunstmatige voeding via slangetjes en infusen? Waarom is onze eerste neiging ten koste van alles het leven te willen rekken en de dood uit te stellen? Het standpunt van een arts is meestal een patiënt zo lang mogelijk in leven te houden en vaak komt dit overeen met de wens van de patiënt, die ondanks alle beperkingen, pijn en benauwdheid toch nog zo lang mogelijk in leven wil blijven. Hierdoor is er regelmatig sprake van

door- of overbehandeling. Is de angst voor de dood de belangrijkste oorzaak hiervan? En ontstaat die angst door onwetendheid over wat de dood zou kunnen zijn? Zonder hier een oordeel over te vellen, kunnen we ons indenken dat zolang de patiënt en zijn of haar familie gericht zijn op behandeling, de innerlijke voorbereiding op het sterven achterwege blijft. Als uiteindelijk duidelijk is dat behandeling echt geen zin meer heeft, wordt gezegd dat 'men uitbehandeld is', dat er 'niets meer voor de patiënt gedaan kan worden' en dan worden deze terminale patiënten steeds vaker naar een hospice verwezen. In hospices is het de bedoeling en de verwachting dat mensen gaan sterven en op deze plek kan meestal het taboe over sterven en dood overwonnen worden. Dit is een intensief proces, uiteraard vooral voor de patiënt en zijn of haar familie maar ook voor de mensen die werken in de terminale en palliatieve zorg.

Anders dan voor hospicewerkers is de dood voor de meeste terminale patiënten en hun familie een taboe, omdat men de dood en het eigen sterfproces zo lang mogelijk heeft proberen te ontkennen of uit te stellen. Zo verdringen zij elke gedachte aan het levenseinde en vermijden het erover te praten. Sterven en afscheid moeten nemen roept uiteraard heel veel emoties op. Sommigen hechten aan een gevoel het leven goed te hebben afgerond door in het reine te zijn gekomen met het geleefde leven of door afscheid te hebben genomen van iedereen die hun lief is. Anderen zouden het liefst 's avonds in bed stappen en de volgende ochtend niet meer wakker worden. En dan zijn er mensen die een pijnloze dood willen sterven, de regie in handen willen blijven houden of waardig willen sterven. Net als elke andere levensfase is sterven veel minder een beheers- en controleerbaar proces dan we onszelf graag voorhouden. Keer op keer blijkt dat het meest wezenlijke rondom sterven niet te regisseren valt. Wij worden angstig en onzeker bij het vooruitzicht afscheid te moeten nemen van wie ons lief is en velen van ons hebben niet geleerd met emoties en gevoelens om te gaan.

Ook eigen onafgemaakte emotionele zaken spelen een rol als iemand in onze nabijheid de dood in de ogen kijkt. We verliezen ons vermogen om te zeggen en te doen waarvan we innerlijk weten dat dat goed is. Wanhoop en isolement kunnen dan het gevolg zijn en

niet alleen bij de stervende. Ook familie en vrienden lijden als zij geen zicht hebben op wat er gebeurt. De persoon die gaat sterven weet meestal diep vanbinnen dat hij gaat sterven. Ook familie weet meestal dat het einde nabij is. Maar hierover open durven praten blijft vaak achterwege. Het is in een hospice belangrijk en een uitdaging om terminale mensen ('bewoners') bewust te maken van dat wat innerlijk eigenlijk al 'onbewust' geweten wordt.

In dit boek besteedt Ineke Koedam met opzet veel aandacht aan bijzondere bewustzijnservaringen die tijdens het sterfbed kunnen optreden, omdat die zowel voor de patiënt, voor de familie, als voor hospicewerkers een naderende dood lijken aan te kondigen en de manier van sterven lijken te verzachten.

Vrij regelmatig komt het voor dat mensen speciale ervaringen, zoals sterfbedvisioenen, melden in de periode rondom hun sterven. Familieleden en hospicewerkers hebben hier ook wel over gehoord maar hebben daar meestal niet over durven communiceren. Mensen blijken vaak terughoudend te zijn om over deze ervaringen te praten omdat ze bang zijn niet geloofd te worden. Men beseft pas hoe betekenisvol deze ervaringen zijn en welk een diepe indruk ze achterlaten op het moment dat mensen hierover durven of kunnen praten. De verschijnselen die het meest voorkomen of in ieder geval het meest worden gerapporteerd, zijn de zogenaamde visioenen tijdens de stervensfase. Een bekend voorbeeld van een sterfbedvisioen is dat patiënten in de dagen of weken voor het overlijden praten over een bezoek van de overleden partner of van overleden ouders, kinderen, familieleden, vrienden en soms ook van religieuze figuren. Stervende patiënten vertellen dat deze overleden personen zijn verschenen om hen op te halen of hen te helpen het leven en het zieke lichaam los te laten. Het feit dat men contact kan hebben met het bewustzijn van overleden dierbaren en met hen kan communiceren, veroorzaakt een nieuw idee over wat dood zou kunnen zijn. Want het komt voor dat stervenden door hun overleden geliefden worden meegenomen naar een andere, niet-aardse werkelijkheid die doordrongen is van licht, vrede en onvoorstelbare liefde. Een werkelijkheid die doorgaans als echter wordt ervaren dan onze da-

gelijke realiteit. Stervenden lijken in staat te zijn zich te bewegen tussen verschillende ‘werelden’. Soms vertellen zij zelf dat ze ergens anders waren maar ook voor familie en hospicewerkers is dit merkbaar. In de meeste gevallen worden deze ervaringen beschouwd als spirituele ervaringen om het lijden te verzachten en daardoor de overgang naar de dood te vergemakkelijken. Deze ervaringen van stervenden houden een belofte in van de mogelijkheid dat het leven niet ophoudt na de dood. Deze ervaringen lijken stervenden te helpen om de fysieke wereld los te laten en hun angst voor de dood te overwinnen en bieden niet zelden troost aan hun naasten, indien althans deze ervaringen worden begrepen en geaccepteerd.

Veel verhalen van sterfbedvisioenen of levenseinde-ervaringen worden niet als zodanig herkend of geïnterpreteerd als hallucinatie, terminale verwardheid of bijwerking van de medicatie. Deze levenseinde-ervaringen zijn echter totaal niet te vergelijken met hallucinaties die het gevolg zijn van medicatie, verwardheid of dementie, die juist angst en onrust veroorzaken. Levenseinde-ervaringen treden meestal op tijdens een helder bewustzijn en lijken krachtige, persoonlijke ervaringen te zijn met een grote betekenis voor degene die zoiets ervaart evenals voor betrokken familie, vrienden en zorgverleners. Als mensen hun levenseinde naderen, maken zij de balans op van het geleefde leven. Dat kan een verlangen naar verzoening oproepen en stervenden aansporen om onafgemaakte zaken af te ronden. Het afronden van onafgemaakte zaken verlicht existentiële onrust en ongemak en stelt de stervende in staat zich in spiritueel opzicht voor te bereiden op de naderende dood. Verzoening gaat niet alleen over de verhouding met naaste familie en geliefden. Verzoening gaat ook over acceptatie van het leven zoals dat is geleefd. In het opmaken van de balans is het altijd de stervende die het eindoordeel geeft en gelovigen hebben daarin de genade nodig van God. Door op deze wijze in het reine te komen met het geleefde leven kan de stervende zich beter voorbereiden op de naderende dood. Levenseinde-ervaringen lijken van wezenlijke betekenis te zijn bij dit proces.

Wie niet eerder te maken had met de levenseinde-ervaringen zoals beschreven in dit boek, kan deze maar al te gemakkelijk afdoen

als fantasie of verwardheid. Als men echter eenmaal een dergelijke ervaring persoonlijk heeft meegemaakt, laat het een blijvend diepe indruk achter. Niet zelden gaan betrokkenen anders naar sterven kijken. Velen verwerven nieuwe inzichten in wat sterven werkelijk is en vinden diepgaand betekenis in leven en dood. Levenseinde-ervaringen lijken doorgaans voor stervenden, maar ook voor de naaste familie, troostend, bemoedigend en geruststellend te zijn. Hospicewerkers erkennen en benoemen dergelijke ervaringen als betekenisvol, kostbaar en wezenlijk. Het stervensproces is en blijft een proces van de stervende zelf en de vraag is of zorgverleners en familieleden in staat zijn hun dat wezenlijke proces te gunnen. Het vraagt niet alleen een open houding vanuit de omgeving maar ook inzicht in wat sterven werkelijk is, om hierdoor het stervensproces ook werkelijk bij de ander te kunnen laten, om het niet over te nemen of ons te verbinden met de functie of taak die we hebben. Levenseinde-ervaringen gaan voorbij het denken, voorbij ieder oordeel. Ieder mens sterft op zijn eigen manier. Dat is iets anders dan te zeggen dat mensen sterven zoals ze hebben geleefd. Sterven is de laatste opgave in het leven en een uniek proces. Er is geen goed of fout.

Levenseinde-ervaringen kunnen qua inhoud en gevolgen identiek zijn aan bijna-doodervaringen, die verklaard kunnen worden door het idee dat bewustzijn los van het lichaam en onafhankelijk van de hersenfuncties ervaren kan worden. Het concept van dit eideloze, niet aan tijd en plaats gebonden, bewustzijn verklaart niet alleen levenseinde-ervaringen maar ook andere ervaringen rondom het overlijden, zoals verschijningen op het moment van overlijden elders, zogenaamde peri-mortale ervaringen. Vaak gebeuren dit soort ervaringen 's nachts. Het is echter géén droom maar een vorm van bewust contact tijdens de slaap, die een ongewoon diepe indruk achterlaat en een veel hoger realiteitsgehalte heeft dan een gewone droom. Bij peri-mortale ervaringen ontvangt men, vaak over een grote afstand, informatie over het doodsmoment en soms zelfs over de manier waarop de geliefde persoon gestorven is, ofschoon de inhoud en details van deze informatie op dat moment onmogelijk bekend hadden kunnen zijn.

Interessant om in dit verband ook te vermelden is de terminale

helderheid, waarbij patiënten die al jaren Alzheimer hebben of zeer ernstig dementerend zijn en die hun familie niet meer herkennen, plotseling in de laatste ogenblikken voor hun overlijden heel helder kunnen worden en zo in staat zijn kinderen of partner weer te herkennen en bij hun naam te noemen, bewust afscheid van hen nemen en dan sterven. Deze terminale helderheid wordt ook gemeld bij patiënten die al dagen niet meer aanspreekbaar zijn of in coma liggen. Dit soort ervaringen zijn met de huidige medische inzichten niet verklaarbaar, omdat de hersenen bij deze terminale patiënten ernstig beschadigd moeten zijn. Maar aanzienlijk veel verplegenden in hospices kennen deze terminale helderheid van stervende patiënten.

Een gedeelde doodservaring, ook wel empathische bijna-doodervaring (BDE) genoemd, is een ervaring waarbij gezonde mensen die bij een sterfbed aanwezig zijn, op het moment van overlijden in hun bewustzijn meegenomen worden in de doodservaring van de geliefde persoon. Zij verlaten hun lichaam en gaan mee door de tunnel naar het licht. Soms zien zij gestorven familieleden of zelfs de levensterugblik van de gestorven dierbare. Maar dan zijn zij plotseling weer terug in hun lichaam en staan zij weer aan het bed van de zojuist overleden persoon. Raymond Moody heeft recent een boek geschreven over dit soort ervaringen, waarbij hij benadrukt dat deze ervaringen identiek kunnen zijn aan een BDE maar dat zij worden ervaren door totaal gezonde mensen die een intensieve band hadden met de gestorven persoon.

Sinds verplegers en vrijwilligers, met name in hospices en andere instellingen voor terminale zorg, meer openstaan voor alle hiervoor genoemde bijzondere ervaringen in het bewustzijn die kunnen optreden rondom het sterven, worden ze ook vaker herkend en erkend. Stervende patiënten zouden de ruimte moeten krijgen hierover te praten zonder dat verpleging of familie de inhoud van hun ervaring ter discussie stelt. Wanneer de verpleging open vragen stelt over zo'n ervaring is dat zowel voor de patiënt als voor de familie een grote steun, omdat een levenseinde-ervaring de angst voor de komende dood zowel bij de patiënt als bij de familie sterk kan doen verminderen. Door open te staan voor de betekenis van

de inhoud en de gevolgen van deze ervaringen van een verruimd of verhoogd bewustzijn in de laatste levensfase zal het voor de terminale patiënt, zijn familie en voor de werkers in hospices mogelijk zijn een nieuw inzicht te verkrijgen in wat dood zou kunnen zijn, namelijk slechts het einde van ons fysieke aspect, terwijl onze essentie, ons bewustzijn blijft bestaan.

Uit het bijzondere onderzoek dat Ineke Koedam onder medewerkers heeft verricht in enkele Nederlandse hospices blijkt dat levenseinde-ervaringen minder ongewoon zijn dan we zouden denken en dat ze meestal in de weken, dagen of uren voordat de dood intreedt voorkomen. Alle werkers in de gezondheidszorg maar ook stervende patiënten en hun familie, zouden op de hoogte moeten zijn van de bijzondere ervaringen die tijdens de stervensfase kunnen optreden. Duidelijke levensveranderingen, waaronder het verdwijnen van de angst voor de dood, zijn vaak het gevolg van deze ervaringen. Door ruimte en aandacht te geven aan deze ervaringen, zonder er direct een oordeel over uit te spreken, kunnen de patiënt en zijn familie de ervaring in het nog resterende leven integreren. Het is dan ook van groot belang om af te stemmen op de individuele uitingen en behoeften van stervenden en ook hun levenseinde-ervaringen zonder oordeel en commentaar aan te horen en te accepteren. Het onderkennen en accepteren van ervaringen en gewaarwordingen van stervenden in het overgangsgebied van de dood, zoals de in dit boek uitvoerig beschreven levenseinde-ervaringen, maken onderdeel uit van spirituele zorg. In de definitie van palliatieve zorg staat vermeld dat niet alleen de fysieke zorg maar ook de psychische, sociale en spirituele zorg belangrijk is. Wij moeten steeds proberen te vermijden om uit te gaan van onze eigen overtuigingen en aannames over sterven en dood. Ik ben ervan overtuigd dat dit boek een belangrijke bijdrage zal kunnen leveren aan de herkenning en erkenning van levenseinde-ervaringen en dat hierdoor de angst voor de dood zelfs nog in de stervensfase kan verminderen of verdwijnen.

Pim van Lommel, cardioloog, auteur *Eindeloos bewustzijn*

Inleiding



Waarom dit boek over ervaringen en verschijnselen op de grens van leven en dood? Van eind 2009 tot medio 2011 voerde ik namens de vooraanstaande Engelse neuropsychiater Peter Fenwick een kleinschalig onderzoek uit naar sterfbedverschijnselen in Nederland. Uitkomsten van zijn onderzoek in Engeland geven aanleiding de dood te zien als een *proces* in plaats van een enkele gebeurtenis. De dood wordt nogal eens ingeluid door verschijnselen, zoals visioenen of toevalligheden. Zelf was ik geruime tijd als vrijwilliger en later als coördinator verbonden aan het Rotterdamse hospice De Vier Vogels en voor mij was dit niets nieuws. Mijn eerste persoonlijke ervaring op dit gebied gaat terug naar de tijd dat ik dertien jaar was. Oma, van vaders kant, was overleden. Hoewel mijn zusjes en ik even in de kist mochten kijken, werden we toch vooral weggehouden bij deze eerste dode in ons leven. Voor zover ik me herinner, had ik geen specialere band met mijn oma dan mijn zusjes. Maar 's avonds verkiest oma het om mij te bezoeken en zit ze aan het voeteneind van mijn bed. Veel later, ik werk dan als vrijwilliger in het hospice, vereert zij mij opnieuw met een bezoek en wel in een betekenisvolle droom.

In 2009 werk ik mee aan een symposium 'Eindeloos Bewustzijn' over bijna-doodervaringen, sterfbedverschijnselen en visioenen. Pim van Lommel en Peter Fenwick zijn de belangrijkste sprekers. Beide wetenschappers tonen met hun onderzoek aan dat er goede redenen zijn om aan te nemen dat ons bewustzijn niet altijd samenvalt met het functioneren van onze hersenen. Wat als blijkt dat het

bewustzijn niet ophoudt als het lichaam sterft? Wat als de mensheid uiteindelijk ontdekt dat de dood geen einde is maar een *overgang*? Hoe kunnen we inzicht verkrijgen in wat er gebeurt tijdens deze overgang? Hoe kunnen wij in het uur van de dood elkaar nabij zijn? Diepgaand inzicht in bewustzijnstoestanden en in de waarnemingen van stervenden in het overgangsgebied naar de dood helpen ons deze vragen te verkennen.

De meer dan geïnteresseerde symposiumgangers zetten Fenwick ertoe aan zijn onderzoek in Nederland voort te zetten en daags na het symposium bezoeken wij samen het hospice in Rotterdam. Fenwick is zeer onder de indruk van dit huis en gebruikt De Vier Vogels als voorbeeld in zijn lezingen op conferenties en symposia over de hele wereld. Het lijkt haast vanzelfsprekend dat ik zijn onderzoek in Nederland oppak en dat gebeurt dan ook. Al snel vind ik drie hospices bereid hun medewerking aan het onderzoek te verlenen: het Kajan hospice in Hilversum, het Johannes Hospitium De Ronde Venen in Wilnis en het hospice waar ik me zo mee verbonden weet, De Vier Vogels in Rotterdam. Aan het onderzoek doen 21 vrijwilligers mee, vijf verpleegkundigen, een verpleegkundige aanvullende zorg, een muziektherapeute en twee coördinatoren.

In die periode is het nog helemaal niet de bedoeling een boek te schrijven over deze ervaringen. Begin 2012 ontstaat het idee om, na de wetenschappers, nu de hospicewerkers aan het woord te laten en dit prachtige materiaal te verwerken in een boek. Geen wetenschappelijke statistieken maar ervaringen en waarnemingen van hospicewerkers op de grens van leven en dood. Wij kunnen veel van hen leren als het gaat om de waarnemingen en ervaringen van stervenden. Op de waarachtige ontmoetingen met de deelnemers aan het onderzoek kijk ik in dankbaarheid terug. Heel speciaal gaat het mij er dan ook om hun ervaringen 'heel' te houden. Het gaat niet om waar of niet waar, gelijk of ongelijk. Dat zijn immers activiteiten van het verstand terwijl deze ervaringen ons mentale denken te boven gaan. Velen hebben speciale ervaringen rondom sterven, maar hebben daar niet eerder over durven spreken. In het beste geval om de ervaring als speciaal kleinood te bewaren, maar vaker uit angst om niet serieus te worden genomen. Zij vinden mo-

gelijk bemoediging en bekrachtiging in de ervaringen van anderen.

Ik nodig u als lezer uit met een open hart dit boek te lezen en te beseffen hoe kostbaar en soms kwetsbaar deze ervaringen voor betrokkenen zijn. De drie hospices en de deelnemers aan het onderzoek hebben grootmoedig het plan voor een boek ondersteund vanuit de wens dat deze kennis, wijsheid en ervaring een bijdrage mogen zijn in de zorg voor stervenden. Niet alleen in hospices, waar het bewustzijn rondom sterven relatief groot is, maar ook in andere instellingen en ziekenhuizen.

Het is zeker niet de bedoeling de dood en of de zorg voor stervenden te romantiseren. U leest daar meer over in de slotbeschouwing. Waarom de ene mens dergelijke verschijnselen meemaakt en de ander niet, is niet te zeggen. Het is ook geen criterium voor een goede overgang. Maar het onderkennen en accepteren van deze verschijnselen en ervaringen aan het sterfbed, als deze aan de orde zijn, is dat naar mijn mening wel.

In dit boek krijgt u eerst een korte terugblik op onderzoek naar sterfbedverschijnselen in de geschiedenis, met dank aan Fenwick. Daarna ga ik in op Fenwicks onderzoek in Engeland en Nederland. Vervolgens komen de verschillende ervaringen en verschijnselen aan de orde, het onderscheid dat Fenwick maakt in transpersoonlijke en betekenisvolle ervaringen en hoe we weten dat deze ervaringen anders zijn dan bijvoorbeeld hallucinaties als gevolg van medicatie, verwardheid of dementie.

Vervolgens komen de hospicewerkers aan het woord. Hun bijdragen zijn voor dit boek ingekort en bewerkt, zonder daarmee afbreuk te doen aan de inhoud en de eigenheid van de geïnterviewde. Allen worden bij naam genoemd. De namen van stervenden echter zijn gefingeerd. Daarna volgt een apart hoofdstuk over ervaringen tijdens de laatste zorg, de zorg die wordt gegeven na iemands overlijden. Verder komt de specifieke rol van hospicewerkers aan bod en het effect van deze ervaringen op de stervenden, familie en vrienden alsmede zorgverleners. Niet alleen sterfbedverschijnselen kondigen aan dat de dood nabij is. Er is meer waaruit blijkt dat de ster-

vende zich voorbereidt op het naderende einde. Dat proces, evenals de fysieke aspecten van sterven, komt aan de orde in het hoofdstuk *Omggaan met sterven*. Tot slot, hoe kunnen we openstaan voor wat zich voltrekt tijdens de overgang en wat leren we daarbij van hospice werkers? Het laatste hoofdstuk gaat in op de diverse aspecten van communicatie en het belang van spirituele zorg.

Sterven is een kostbaar en wezenlijk proces van ieder mens en het is mijn wens dat dit boek ondersteunend mag zijn aan dit proces. Daarnaast mag het misschien een bijdrage zijn aan verruiming van bewustzijn in het overgangsgebied van de dood. Bent u persoonlijk, misschien wel als mantelzorger, professioneel dan wel als vrijwilliger betrokken bij sterven? Bent u ervaringsdeskundig dan wel belangstellend? Dit boek schetst een beeld van hoe de stervende zich voorbereidt en hoe diepgaand betekenis kan worden gevonden in sterven.

De dood als een mysterie



De dood is altijd omgeven geweest door mysterie en door specifieke cultuurgebonden symbolen, rituelen en tradities. De oosterse traditie heeft nog altijd een rijke cultuur als het gaat om de reis door en het verblijf na de dood. Ook de middeleeuwen kenden nog de kunst van het sterven. Binnen het christendom van deze donkere eeuwen omvatte de kunst van het sterven, de zogenaamde *Ars Moriendi*, een streven om verzoend met God dit leven te verlaten en om op het sterfbed een voorbeeld te zijn voor anderen. In het Westen wortelen, historisch gezien, de dood en daarmee verschijnselen en ervaringen rondom de dood, in het christelijk geloof. Het was vooral de opkomst van de wetenschap in de negentiende eeuw die daar in het Westen een einde aan maakte.

Een van de beroemdste illustraties van een sterfbedverschijnsel is te vinden op de fresco's van Giotto in de San Franciscokerk. De stervende Sint Franciscus van Assisi wordt afgebeeld omringd door engelen, terwijl een andere afbeelding een stervende monnik laat zien ergens anders in Italië. Deze monnik is zich bewust van de stervende Sint Franciscus en roept naar hem uit: 'Wacht op mij Sint Franciscus, ik kom eraan, ik kom eraan!'

Ongeacht onze geloofstraditie of spirituele overtuiging zal niemand van ons ooit zeker weten wat er gebeurt na de dood. Toch weten we dat sterfbedverschijnselen al duizenden jaren worden ervaren en dat deze ervaringen vermeld worden in vele verschillende culturen en spirituele tradities. Binnen (medisch) wetenschappelijke kringen is er een toenemende acceptatie dat deze ervaringen

meer zijn dan visioenen op het sterfbed zoals die gewoonlijk gerapporteerd worden en dat zij helemaal niet zo ongewoon zijn. Het is voornamelijk aan onderzoek door wetenschappers als Raymond Moody (VS), Pim van Lommel (NL) en Peter Fenwick (GB) te danken dat er ook in het Westen een toenemende bereidheid bestaat om de dood weer met een verruimde blik te bezien.