

Inleiding

De blijvende verbinding met onze geliefde gestorvenen – en hoe de teksten van dit boek je daarbij helpen kunnen

Onze geliefde gestorvenen zijn niet dood: ze leven. Ze zijn door de poort van de dood gegaan en hebben daarbij hun fysieke lichaam afgelegd. Maar toen ze eenmaal de drempel van de dood overgegaan waren, begonnen ze daar aan een nieuwe levensfase – in een ander en hoger bewustzijn en in een andere, geestelijke levenssfeer.

Maar ook al zijn ze die andere wereld binnengegaan, wat ons met hen verbond, onze liefde, verbindt ons nog stééds. Liefde is immers eeuwig en kan niet sterven. Haat verhardt ons, versteent en sterft op den duur, angst verliest op den duur zijn kracht, woede verbleekt meer en meer

en lost langzaam op, maar liefde sterft nooit: ware liefde is onbreekbaar sterk. Daarom blijven wij in liefde met onze geliefde gestorvenen verbonden en blijven ook zij, vanuit hun nieuwe levenssfeer, in liefde met ons verbonden.

Slechts tijdelijk zijn wij gescheiden van onze geliefden in de geestelijke wereld. Want straks, als ook wij aan het einde van ons aardse leven door de poort van de dood gaan, zullen wij hen opnieuw mogen ontmoeten en hen terugvinden. Want zo zal het gaan: onze geliefde gestorvenen zullen ons opwachten om ons bij te staan bij onze gang door de dood. Ze zullen ons begeleiden bij onze eerste stappen in die zo andere, nieuwe wereld. En dankzij hen zullen wij ons daar snel thuis voelen.

Omdat liefde ons blijft verbinden met onze geliefde gestorvenen, kunnen wij elkaar ook na hun dood nog steeds bereiken. Weliswaar niet op het fysieke vlak (en dat is een gemis dat intens pijn kan doen), maar wel op het geestelijke

vlak. Daarbij inspireren zij óns, en kunnen wij, van onze kant, hén bemoedigen op hun weg door de geestelijke werelden. Dat is mogelijk omdat de liefde ons ook dan blijft verbinden. Want liefde is de brug waarlangs wij elkaar die inspiratie, die bemoediging, dat begrip en onze blijvende liefde mogen toesturen.

Onze geliefden leven vanaf het moment dat zij de omhulling van hun aardse lichaam aflegden in een hoger bewustzijn. Ze zien meer, weten meer en mogen daarom – door liefde geleid – ook zien wat onze eigenlijke levensopdracht is. Ze zien dat veel duidelijker en met veel meer inzicht dan wijzelf: onze lichamelijke omhulling vertroebelt het zicht.

Juist vanuit dat grotere inzicht kunnen onze geliefden aan de overkant ons heel concreet inspireren en ons helpen om de juiste keuzes te maken, zodat wij steeds bewuster en steeds duidelijker toekomen aan de vervulling van onze levensopdracht.

Daarbij is het belangrijk dat wij ons voor hen openstellen – en daarmee ook voor de inspiraties die zij ons willen doen toekomen: we moeten als het ware een brug bouwen tussen hier en daar. Dat doen we allereerst door ons ook van onze kant bewust te zijn van de blijvende verbinding met onze geliefde gestorvenen.

Meebouwen aan de verbinding met onze geliefden aan de overkant: dat doen we daarnaast door onze gebeden, door onze liefdevolle gedachten die steeds weer naar hen uitgaan en door de goede wensen die wij hun steeds weer toebidden voor de reis die zij nu in de geestelijke wereld maken.

Ook bouwen we aan de verbinding door onze geliefde gestorvenen voor te lezen. Elders in dit boek zal ik uitleggen wat dat inhoudt.

Wie zo samenleeft met zijn of haar geliefden die de drempel van de dood zijn overgegaan, zal zich steeds meer bewust worden van de inspiraties die onze geliefden ons van hun kant toezenden.

Bij het onderhouden van de blijvende verbinding met onze geliefde gestorvenen is het belangrijk om woorden te vinden die drager zijn van onze gevoelens van liefde, inspiratie, bevestiging en begrip. Daarom wil ik in dit boek een aantal teksten aandragen die gebruikt kunnen worden bij allerlei bijzondere momenten: bij het sterven van onze geliefden, bij het waken gedurende de eerste drie dagen na het sterven, bij de begrafenis of de crematie, en in de jaren daarna, als we vanuit een innerlijk verlangen en gedreven door onze blijvende liefde steeds weer de verbinding met onze geliefde zoeken en willen beleven.

Ik heb de teksten een beetje geordend naar de verschillende fasen die wij na de dood van een geliefde doorleven. Maar natuurlijk kunnen sommige teksten op allerlei momenten gebruikt worden – en niet alleen in die fase waaronder de tekst gerangschikt staat. Ga er dus vrij en onbevangen mee om! Daarbij kunt u ze ook naar believen aanpassen aan uw eigen situatie. Neem

ze gewoon zoals ze bedoeld zijn: als een hulp bij uw eigen manier om het contact met uw geliefden in de geestelijke wereld te onderhouden.

Het is mijn persoonlijke ervaring dat ik mijn geliefden na hun dood beter ging begrijpen en dat ik met een enkeling na zijn dood zelfs een beter contact kreeg dan tijdens zijn leven. Dat was en is wel een ingrijpende ervaring: juist daardoor ging ik zo sterk de blijvende verbinding ervaren tussen ons die hier op aarde leven en onze geliefden die ons voorgingen naar de geestelijke wereld.

Diezelfde ervaring gun ik ook u zo graag. En het enige wat als voorbereiding daarvoor nodig is, is het geregeld onderhouden van de blijvende verbinding met uw geliefden in de geestelijke wereld. Blijvende aandacht, iets begrijpen en leren aanvoelen van de weg die zij nu gaan, geduld en respect voor de ervaringen die zij nu opdoen: dat zijn de middelen om die verbinding ook heel concreet te leren ervaren. Maar

ook door steeds met hen in gesprek te blijven; dat kunnen we bijvoorbeeld doen door af en toe even met hen te praten, hen om hulp te vragen of zomaar tussendoor even iets liefs tegen hen zeggen.

Besef daarbij echter wel dit: het ervaren van die verbinding gebeurt nooit op onze tijd (wij willen dat het liefst direct ervaren), maar op de tijd die goed is voor onze geliefden aan de overkant – en dat kan soms lang duren.

Heb daarom geduld voor het eigen tempo van onze geliefden aan de overkant.

Moge dit boek u helpen om de blijvende verbinding met uw gestorven geliefden te ervaren en te onderhouden!

DEEL 1

Bij het sterven

Inleiding

Op de grens van de dood

Een toenemende gevoeligheid

Als iemand gaat sterven, wordt hij of zij steeds gevoeliger.¹ Gevoeliger voor geluiden bijvoorbeeld. Denk aan piepende deuren of lekkende kranen, maar ook aan de radio of de tv die aanstaat en de hele dag geluid uitbraakt. Ik heb stervenden meegemaakt die niet meer aanspreekbaar waren. Toch had hun familie in hun kamer een radio neergezet, waaruit keiharde popmuziek kwam. Gevraagd waarom, luidde het antwoord meestal: de stervende hield zo veel van die muziek. Het tragische is dat zulke muziek juist bij het sterven veel en veel harder in de ziel van de stervende binnenkomt dan normaal, en in wezen onverdraaglijk is voor de

stervende. Je zou het kunnen vergelijken met een viool waarop voortdurend vals gespeeld wordt: dat is niet te verdragen. Het is dus voor iedereen belangrijk om weet te hebben van de toenemende gevoeligheid van de stervende en je gedrag daaraan aan te passen.

De stervende wordt ook gevoeliger voor harde en liefdeloze woorden: ze doen pijn en het is alsof zulke woorden zijn hart kerven. Ik heb stervenden meegemaakt van wie de kinderen naast hun bed al op luide toon ruzie maakten over de erfenis. Als ze zelf de pijn zouden kunnen voelen die hun woorden in de ziel van de stervende veroorzaakten, zouden ze zich wel honderd keer bedenken om zulke harde woorden in zijn nabijheid uit te spreken.

De stervende is daarnaast ook gevoelig voor geuren en voor kleuren. Sommige bloemen zijn bijvoorbeeld vanwege hun geur uiterst onaangenaam voor hem of haar.²

Wat we ons meestal evenmin realiseren is dat de stervende ook een uitgesproken gevoeligheid heeft voor wat de ander eigenlijk denkt.

Wat de ander niet zegt maar wel denkt, dringt regelrecht tot haar of hem door. Bijna zo, alsof de woorden hardop werden uitgesproken. Ook daarom is het belangrijk op je gedachten te letten als je een stervende bezoekt: ga alleen met een houding van eerbied de kamer van de stervende binnen.

Het zal duidelijk zijn dat het voor de stervende een grote hulp betekent wanneer de bezoeker of de bezoeker zelf niet bang is voor de dood, maar een diep innerlijk vertrouwen heeft in het leven dat aan de overkant van de dood begint. De stervende voelt dit vertrouwen van de ander dat regelrecht zijn ziel binnenkomt en put daar kracht en moed uit.

De kamer van de stervende wordt als een tempel

Hoe dichter de stervende de grens van de dood nadert, hoe sterker de verandering is die (in de meeste gevallen) voelbaar wordt in de sterfkamer. Toen ik pastor was in het ziekenhuis en daar regelmatig in contact kwam met sterven-

den, viel het mij op dat ik, hoe meer de dood nabij kwam, steeds voorzichtiger de kamer van de stervende betrad. Ik begon als vanzelf op mijn tenen te lopen, wat ik anders niet deed. Ook begon ik als vanzelf te fluisteren – en toch was daar meestal geen directe noodzaak voor. Toen ik mijzelf op een zeker moment afvroeg waarom ik dat deed, realiseerde ik mij dat de kamer van de stervende voor mijn gevoel als een heilige ruimte aanvoelde. Het was, alsof ik een kathedraal of een tempel betrad.

Maar waardoor werd dat eigenlijk veroorzaakt? Doordat het bij het naderen van de dood zo voelbaar wordt dat gestorven geliefden en engelen rond het bed van de stervende komen staan om haar of hem door de poort van de dood te begeleiden. Het voelde dan ook als heel pijnlijk als er iemand (die geen gevoeligheid had voor de sfeer rond het bed van de stervende) met veel lawaai de kamer binnenkwam. Het verbrak de heilige sfeer en dat was vooral ook pijnlijk – want heel direct voelbaar – voor de stervende.

Het behoeden van de sfeer in de sterfkamer

De manier waarop iemand sterft, is medebepalend voor de manier waarop zijn reis door de geestelijke werelden aan de overkant van de dood verloopt. Daarnaast heeft het ook een grote invloed op het volgende aardse leven:

- Sterf je in grote angst, dan zal het volgende leven angstig beginnen en een leven lang in het teken van de angst en de overwinning daarvan staan.
- Sterf je met veel boosheid en opstandigheid in je ziel, dan zal het begin van je nieuwe leven getekend worden door woede en boosheid.
- Maar sterf je in vertrouwen en overgave, dan zul je het volgende leven vol vertrouwen mogen beginnen – en daardoor zal dat volgende leven er een zijn dat veel vreugde kent.

Dit inzicht is een visie die met name kenmerkend is voor het boeddhisme, maar die bijvoorbeeld ook te vinden is in het esoterische christendom.