

INHOUD

Voorwoord	7
Isabelle	13
Een reisgids voor de ziel	21
De terugkeer naar Huis	40
Her-Inneringen	49
Florian	72
Dankwoord	99
Oefening	101
Bonus	103
Bijlagen	105
Meer informatie over Marie-Claire	106
Eerder verschenen boeken van Marie-Claire	107
E-cursus Her-Inneren	111
ZielsGelukkig Inspiratiekaarten	112
Dagworkshop Stervensbegeleiding	113
Dagworkshop ZielsGelukkig	114
E-boeken	115



VOORWOORD

Lieve Lezer,

Als kind was ik me al bewust van een wereld die anderen blijkbaar niet konden waarnemen en waarin ik me heel erg op mijn gemak voelde. Hier op aarde voelde ik me niet echt thuis en had vaak een vreemd soort van heimwee naar iets, wat ik niet goed kon verwoorden. Ook heb ik altijd al een bepaalde fascinatie gehad voor het sterven en de dood. Tijdens en na het stervensproces van mijn vader in 2002, heb ik een aantal bijzondere ervaringen met hem mogen delen. Dit heeft mij toen doen besluiten om de tweejarige opleiding voor stervensbegeleiding te gaan volgen bij het NIS (Nederlands Instituut trainingen Stervensbegeleiding). Ik heb hier veel geleerd en in combinatie met datgene wat ik me allemaal nog herinner en informatie die ik van mijn gids Charion heb doorgekregen, heb ik een bepaalde visie ontwikkeld op het sterven en de dood. Hierover heb ik al vier boeken geschreven: *Het sprookje van de dood*, *De dag waarop mijn vader een Engel werd*, *ZielsGelukkig* en *Licht & Liefde*. Ik heb een aantal jaren in een hospice en een kinderspice gewerkt en een tijdje ervaring



opgedaan bij een uitvaartonderneming. Op dit moment geef ik soms nog individuele stervensbegeleiding bij mensen thuis. Een aantal jaren geleden ben ik ook begonnen met het geven van de Dagworkshop *Spirituele Stervensbegeleiding*.

Ik heb gemerkt dat de meeste mensen niet echt bewust met de dood bezig zijn. Het is vaak nog een groot taboe. De geboorte van een baby wordt meestal uitgebreid gevierd, hoewel geboortes toch ook met pijn gepaard gaan. Voor alles wat met geboorte te maken heeft, is er in onze maatschappij veel aandacht. Dat is logisch, want ook al gaat het vaak gepaard met pijn en loopt het niet altijd even soepel, het blijft een gelukkige en mooie gebeurtenis. Maar met het einde van het leven willen mensen vaak niet zoveel te maken hebben. Zo komt het dat mensen, als het zover is, helaas helemaal niet voorbereid zijn op wat ze te wachten staat. Hoe meer inzicht iemand heeft in het hoe en waarom van dit leven en de dood, hoe minder angst en onzekerheid er zal zijn bij het sterven. Angst voor de dood is iets wat helaas bij de meeste mensen nog heel sterk aanwezig is. Ik weet uit eigen ervaring dat dit niet echt nodig is en wil dan ook heel graag zoveel mogelijk deze angst wegnemen.

Dit boek ben ik gaan schrijven, omdat ik tijdens mijn workshops, lezingen en de vele mails die ik dagelijks ontvang, merkte dat er toch nog veel vragen zijn rondom dit thema. Veel antwoorden op deze vragen zijn terug te vinden in mijn andere boeken, maar veel ook nog niet. In dit boek zal ik daarom een aantal dingen uit mijn eerdere boeken herhalen en er nog wat dieper op ingaan. Ook zul je hier nieuwe informatie vinden die ik nog niet eerder gedeeld heb.

Maar hoe ‘weet’ ik dit alles dan eigenlijk allemaal? Iedereen heeft jeugdherinneringen. Ik natuurlijk ook, maar die van mij gaan een heel stuk verder terug en deze wil ik hier graag met jullie delen. Ik kan me namelijk het sterven tijdens mijn vorige leven, de terugkeer naar Huis (zoals ik dat noem), het verblijf daar, de keuze voor dit leven, de indaling in dit lichaam en het geboren worden allemaal nog glashelder herinneren. We zijn niet ons lichaam, maar een ziel in een lichaam. Het is als het ware ons prachtige voertuig hier op aarde, waarmee we al onze aardse ervaringen kunnen beleven die we als ziel willen meemaken. Door deze herinneringen en allerlei andere bijzondere ervaringen, weet ik dat de dood niet echt bestaat. Het is eigenlijk de overgang naar een andere dimensie. Je gaat als het ware weer terug naar de plek waar je eigenlijk vandaan komt. Het is niets anders dan de terugkeer naar Huis.

Dit is een geweldig mooie ervaring die ik heb mogen herbeleven en die ik iedereen toewens. Want als je als mens dit gevoel maar voor een paar seconden zou kunnen ervaren, dan zou er echt niemand meer bang hoeven te zijn voor de dood. En natuurlijk is het ontzettend verdrietig voor hen die achterblijven als iemand niet meer fysiek aanwezig is, maar hij of zij is er nog wel op een ander niveau en als je daar een beetje voor open staat, kun je dit ook zeker voelen en misschien zelfs ook zien. Liefde is namelijk eeuwig en blijft ons voor altijd verbinden. Liefde houdt niet op bij de dood!

De terugkeer naar Huis is eigenlijk met geen woord te beschrijven. In dit boek doe ik een poging om het voor ons menselijk brein wat begrijpelijker te maken. Het is ook niet een exacte beschrijving





van hoe deze reis voor jou zal gaan verlopen. Dat is voor iedere ziel weer anders. Alleen de hoofdlijnen zijn hetzelfde. Ik heb het zo beschreven, zoals ik het me herinner en zoals mijn gidsen het me hebben verteld en laten zien. Voel daarom heel goed wat de informatie in dit boek met jou doet. Het gevoel is namelijk de taal van je ziel. Als het resoneert met jouw ziel, dan zul je dat zeker voelen. Diep vanbinnen weet je namelijk alles al. En mochten er dingen zijn die je leest die voor jou niet zo goed voelen, laat deze dan gewoon los. Want er zijn ontelbaar veel wegen die naar Huis leiden. Maar elke weg leidt tenslotte naar Huis, welke weg je ook neemt. Focus je op je eigen reis, kies je eigen pad en oordeel niet over hoe anderen hun reis maken. Ook hun pad leidt hen altijd naar Huis.

Ik heb geprobeerd alles zo zuiver mogelijk te verwoorden. Maar nogmaals, het is ontzettend moeilijk om datgene wat er gebeurt als je weer naar Huis gaat in woorden uit te drukken. Het blijft een uitdaging om in aardse termen te praten over een ervaring, die niet van deze aarde is. Het is zo groots en intens, daar zijn eigenlijk geen menselijke woorden voor. Maar je ziel weet het en is het nooit vergeten. Bij veel dingen die je zult lezen zal er een gevoel van herkenning door je heen gaan en dan zul jij je beseffen dat je dit alles allang wist. Je gaat je de dingen weer herinneren die je diep van binnen altijd al geweten hebt. En dat is de ware Terugkeer naar Huis.....

Liefs,
Marie-Claire

MEER INFORMATIE OVER MARIE-CLAIRE

Marie-Claire van der Bruggen (1969) is auteur van vier bestsellers: *Het sprookje van de dood*, *De dag waarop mijn vader een Engel werd*, *ZielsGelukkig* en *Licht & Liefde*. Meerdere van haar boeken zijn ook in het Duits vertaald en haar boek *Het sprookje van de dood* tevens in het Engels. Zij heeft zelfs een exemplaar aan Neale Donald Walsch mogen overhandigen, de Amerikaanse schrijver die internationaal zeer bekend is om zijn boekenreeks *Gesprekken met God*. Al haar boeken zijn ook verkrijgbaar als luisterboek.

Ze volgde een tweejarige opleiding stervensbegeleiding en heeft al velen mogen helpen met de oversteek naar Huis. In die wereld voelde zij zich als kind al heel erg op haar gemak; hier op aarde voelde ze zich niet echt thuis. Ze had vaak een vreemd soort heimwee naar iets wat ze niet goed kon verwoorden. Langzaam maar zeker vond ze, na een lange zoektocht en met de hulp van haar gids Charion, antwoord op veel van haar levensvragen.

Marie-Claire wil graag mensen helpen zich te Her-Inneren wie ze werkelijk zijn en waar ze eigenlijk vandaan komen. Ook vindt zij het belangrijk om de angst rondom dood en sterven weg te kunnen nemen. Zij hoopt dit te realiseren door middel van haar boeken, cursussen en workshops. Met veel plezier geeft zij ook lezingen in binnen- en buitenland.

Meer informatie over Marie-Claire, haar activiteiten en boeken kun je vinden op www.zielsgelukkig.nu.