

Verheug je op de liefde die je wacht

Wees niet bang voor de reis die begint met de dood.
De liefde van de engelen zal je dragen.
En gestorven geliefden die je zijn voorgegaan,
staan klaar om je te begeleiden en tot steun te zijn.

Wees niet bang voor de reis die begint met de dood.
Een liefde, groots en verwarmend, zal je omhullen,
zodat je het gevoel zult krijgen: eindelijk ben ik thuis.
Deze liefde, ze zal je vanaf het eerste begin omhullen
zodat je voeten als vanzelf een weg vinden om te gaan.

Wees niet bang voor de reis die begint met de dood.
Alles wat je aan inzicht, wijsheid en begrip
op aarde hebt verworven, zal er honderdvoudig
gezegend worden en je rijk en gelukkig maken.

Wees niet bang, maar verheug je op de Liefde
die je als een zon zal verwarmen, als een moeder
zal troosten en als een vader beschermen.
Wees niet bang, maar verheug je op de Liefde.

Dankbaar voor onze diepe verbondenheid
draag ik dit boek op aan
Ton Westenbroek

Inhoud

Voorwoord van Hans Stolp	
bij de heruitgave van dit boek	11
Inleiding (ofwel: wat je vooraf weten moet)	21
1. Niemand sterft alleen	29
2. De eerste indrukken na de dood	39
3. De eerste terugblik	47
4. Het afleggen van het etherische lichaam	57
5. Binnen wordt buiten, buiten wordt binnen	63
6. Het verblijf in de astrale wereld	73
7. De reis door de eerste Maansfeer	83
8. De reis door de tweede en de derde Maansfeer	95
9. De reis door de vierde Maansfeer	105
10. De reis door de sfeer van Mercurius en Venus	117
11. Van de Zonnesfeer naar het Devachan	127
12. De reis door het Devachan	135
13. Het middernachtelijk uur en de afdaling naar de aarde	143
Noten	147

Voorwoord van Hans Stolp bij de heruitgave van dit boek

Op zoek naar antwoorden

Sinds dit boek in 2013 verscheen, werd het negenmaal herdrukt. Je kunt het dus gerust een bestseller noemen. En nog steeds is er grote vraag naar dit boek, reden waarom de uitgever besloot om het van een nieuw jasje te voorzien en opnieuw uit te geven. Ook vroeg de uitgever mij een voorwoord bij deze nieuwe uitgave te schrijven, waaraan ik graag voldoe.

Want ik ben zeer gehecht aan dit boek. Jarenlang heb ik stervenden mogen begeleiden (als pastor in een academisch ziekenhuis) en op de een of andere manier was mijn leven altijd verbonden met de dood en de vraag naar de dood.

Toen ik dertig jaar oud was overleed mijn broer, aan wie ik zeer gehecht was. In het jaar na zijn dood verscheen hij mij tot drie keer toe, gehuld in een prachtig licht. Wat mij daarbij diep raakte, was zijn intense vreugde, het geluk en de liefde die hij uitstraalde. Toen wist ik het zeker: de dood is niet het einde, maar het ingaan in een andere, nieuwe en hogere wereld. Ook later deed ik soortgelijke – en altijd weer

zulke indrukwekkende – ervaringen met gestorvenen op.

Die verschillende ervaringen plaatsten mij voor de vraag: hoe gaat dat nu precies in zijn werk als je sterft? Is het mogelijk de weg die dan begint stapsgewijs te beschrijven in een heldere en logische taal die wij mensen in deze tijd zo nodig hebben? Ik heb overal gezocht en vele boeken gelezen. Maar toen ik eenmaal las wat Rudolf Steiner over dit onderwerp heeft verteld, wist ik met een diepe innerlijke zekerheid: dit is het antwoord waar ik zo lang naar gezocht heb. Daarom ben ik hem zo dankbaar voor de inzichten die ik op mijn eigen manier, en passend bij mijn persoonlijke ervaringen, in dit boek mocht beschrijven.

Inzicht neemt angst weg

Toen ik acht jaar geleden dit boek schreef, wist ik nog niet dat ik het ook voor mezelf schreef. Ik ontdekte pas later dat deze beschrijving van het sterven en van de weg die dan begint, ook voor mijzelf een geschenk was.

In de tijd dat ik dit boek schreef wilde ik zo graag doorgeven dat je niet bang hoeft te zijn voor de dood. De dood is immers niets anders dan de doorgang naar een ander, geestelijk leven, een leven in een hoger bewustzijn. Ik wilde zo graag dat de mensen de dood met ver-

trouwen tegemoet zouden durven gaan en niet bang zouden zijn voor deze doorgang naar een ander, hoger leven.

Maar ik wilde vooral dat ze zich van die hogere wereld bewust zouden worden. Want hoe meer je je van dat andere, hogere leven bewust bent, hoe meer je zult mogen zien aan de overkant. Hoe groter je inzicht, hoe verder en hoe grootser die wereld aan de overkant zich ontvouwt voor jou. Daarom is het zo belangrijk dat we ons voorbereiden op de dood en op het nieuwe leven dat zich dan aan ons openbaart.

De angst voor de dood verlies je als je kunt begrijpen wat sterven nu precies is en hoe dat in zijn werk gaat. Dit heb ik ervaren in de vele gesprekken die ik met allerlei mensen over dit onderwerp voerde. Vroeger konden de mensen veel makkelijker geloven wat door de eeuwen heen over de dood gezegd werd: dat de dood is als een deur, waar je doorheen gaat om een nieuwe wereld en nieuw leven binnen te gaan. Onze tijd is er een waarin we willen begrijpen hoe dat dan precies in elkaar zit. Pas dan kunnen we ons in vertrouwen aan de dood overgeven. Daarom wilde ik in dit boek stap voor stap uitleggen hoe dat proces verloopt.

Een van de eerste dingen die Harm, mijn man, na zijn dood haast verbaasd tegen me zei, was: *Doodgaan is helemaal niet erg, het is een zegen!* Dat te mogen beseff-

fen: ik gun het iedereen die zich voorbereidt op zijn of haar gang door de dood.

De ontmoeting met de kleine wachter op de drempel

Aan de vooravond van Kerstmis 2018 overleed Harm. Wat heb ik in die tijd – voor en na zijn overlijden – veel gehad aan de kennis die ik in dit boek mocht neerleggen! De dagen voor zijn overlijden werd de ziekenkamer waar hij lag meer en meer tot een tempel: het was alsof de sfeer geheiligd werd en alsof ik, steeds wanneer ik zijn kamer binnenging, een heilige ruimte betrad. Hij raakte langzaam in coma, maar wanneer hij in die eerste dagen nog even zijn ogen opsloeg en naar ons glimlachte, was die glimlach zo verwarmend, zo puur en zuiver, ja, laat mij ronduit mogen zeggen: zo hemels. Het was een glimlach die mij heel mijn verdere leven zal bijblijven en die mij als een blijvend geschenk begeleidt. Ik voelde: hij is bezig zijn lichaam te verlaten en de heilige energieën van de geestelijke wereld beginnen steeds krachtiger door hem heen te werken en worden voelbaar voor ons, zijn geliefden om het bed.

Voordat hij in coma raakte, kreeg hij een terugblik op zijn leven. Zomaar, zonder enige inleiding, ging hij rechtop zitten in bed en begon te vertellen. Hij doorzag plotseling zijn aardse leven en doorgrondde het naar zijn diepste betekenis. Ook zag hij waar hij altijd bang voor

was geweest en wat hij gewiekt ontlopen had. Hij bezag het met een innerlijke rust en eerlijkheid die een diepe indruk maakten: we hielden als vanzelf onze adem in en zeiden haast niets om zijn reflectie niet te verstoren.

Vooraf ook tijdens dit gesprek waren de heilige energieën vanuit de geestelijke wereld zo voelbaar. Het was duidelijk dat hij bij deze terugblik werd geholpen door engelen die hem de moed tot deze volstrekte eerlijkheid gaven.

In de esoterische traditie wordt deze terugblik *de ontmoeting met de kleine wachter op de drempel* genoemd. De schaduw van ons leven, zoals Jung die verdrongen, donkere kant van ons leven noemt, maakt zich kenbaar als een donkere, duistere gestalte die ons achtervolgt. Die gestalte aan te durven zien, te doorgronden, ontnemt hem de macht die hij in het aardse leven altijd over ons had.

Niemand gaat alleen door de poort

Twee dagen voor zijn overlijden kwam ik vanuit de gang naar Harms kamer toegelopen. Op dat moment zag ik zijn overleden moeder (zij was al zeventien jaar dood) geknield naast zijn bed zitten. Ik besefte meteen: zij komt hem halen en komt hem helpen om in vol vertrouwen de nieuwe wereld binnen te gaan. Het verbaasde mij niet, Harm had een sterke band met zijn moeder,

hij was haar enige kind geweest. Mij gaf dat een gevoel van vrede. Ik kon immers niet verder met Harm mee dan tot aan de poort van de dood, maar op dat moment zou zijn moeder mijn zorg voor hem overnemen en hem begeleiden.

Deze ervaring was een nieuwe bevestiging van wat ik vanbinnen altijd heb geweten: geen enkel mens hoeft alleen door de poort van de dood te gaan, er zijn altijd geliefde gestorvenen die ons komen ophalen en begeleiden.¹

De ontmoeting met de grote wachter op de drempel

De laatste nacht voor hij overleed waakten we om beurten bij Harm. Om vijf uur 's morgens lag ik even te slapen. Plotseling werd ik wakker en zag dat er een doorzichtige gestalte naast mijn bed stond. Ik dacht onmiddellijk: dat is Harm. En het tweede wat ik dacht was: hij komt me waarschijnlijk halen omdat hij nu gaat sterven.

Ik stond meteen op, liep naar de slaapkamer en luisterde naar zijn ademhaling. Maar het ritme van zijn ademhaling was nog onveranderd en ik besepte dat hij nu nog niet zou sterven. Ik liep dus weer terug en ging weer liggen om nog wat te slapen.

Maar zodra ik lag, stond die doorzichtige gestalte – Harm dus – opnieuw naast mij. En nu nam hij mij mee. Voordat ik mij realiseerde wat er gebeurde, was ik uit mijn lichaam en bevond ik mij in de geestelijke we-

reld. Daar zag ik een heuvelachtig landschap om mij heen. Vanaf een helling keken Harm en ik neer op het dal. Daar beneden zagen we drie halve cirkels van licht-engelen, stralende wezens van louter licht. En midden voor hen stond een kristallen altaar dat uit licht leek opgebouwd en waarop vanuit de kosmos bewegende kolommen van helder, stralend licht schenen. Ik wist meteen: dit altaar is het Christusmysterie.

Harm wees mij heel enthousiast op dit indrukwekkende schouwspel en riep: *Kijk, wat prachtig*. Zo bleven we samen even vol verwondering en verstild staan kijken. Toen zei Harm heel gedecideerd: *Nu moet jij terug, maar ik blijf hier*. En op datzelfde moment was ik weer terug in mijn lichaam en lag ik weer op bed. Ruim vier uur later blies Harm, nog steeds in een diep coma, onbereikbaar ver weg, heel rustig voor het laatst zijn adem uit.

Dat ik Harm achter mocht laten bij het altaar van het Christusmysterie – en voor mij betekende dat bij Christus zelf – is tot op de dag van vandaag een diepe troost. Het blijft mij met een dankbare verwondering vervullen. Ik begon steeds dieper te beseffen dat Harm daar, bij dat altaar, *de grote wachter op de drempel*, Christus zelf, ontmoette (zo wordt deze gestalte immers in het esoterisch christendom genoemd). Bij deze ontmoeting mocht hij ook de diepere zin en bedoeling van zijn aardse leven begrijpen. (In hoofdstuk 2 vertel ik meer over deze ont-

moeting). Vanaf dat moment was hij werkelijk thuis, gehuld in de warmte en liefde die van de grote wachter, Christus, uitgaan. Thuis in een hoger bewustzijn.

Een veranderende communicatie

Na zijn dood zei Harm af en toe iets tegen mij. Zomaar, zonder dat ik speciaal aan hem dacht, als ik bijvoorbeeld koffie aan het maken was. Zijn stem – ik weet nooit goed of die van binnenuit tot mij kwam, of van buitenaf – klonk steeds heel helder en vanzelfsprekend, alsof hij bij het ontbijt tegen me zat te praten. Zo zei hij bijvoorbeeld al na anderhalve maand: *Ik begin de tijd te vergeten*. En korte tijd later zei hij: *Het is bijna alsof ik nooit ben weggeweest*.

In het begin kunnen gestorvenen nog met aardse woorden met ons communiceren, maar al gauw beginnen ze (ook) de aardse taal te verliezen. Dan gaan ze in beelden communiceren: beelden die zomaar in ons opwellen en die zo subtiel zijn dat je er gemakkelijk aan voorbij kunt gaan. Gelukkig was ik inmiddels vertrouwd met deze transformatie, daarom ervoer ik het ook niet als een gemis toen Harm niet meer zo vaak tot mij sprak, maar leerde ik mij op die invallende beelden te concentreren.

Daarna merkte ik dat onze communicatie geleidelijk nog subtieler werd. Nog steeds zijn er af en toe van die beelden, maar daarnaast merk ik dat hij steeds sterker

door mij heen begint te werken en mij van die plotselinge impulsen geeft die niet uit mijzelf voortkomen, maar van hem komen. Ik voel hem niet meer zozeer buiten mij, maar meer en meer binnen in mij. Soms geeft mij dat zelfs het gevoel dat ik veranderd ben, omdat Harm nu door mij heen werkt en wij op een bepaalde manier één zijn geworden.

Dat is dus de essentie van de transformatie die Harm na zijn dood doorleeft: dat hij niet langer van buitenaf tot mij spreekt zoals hij dat deed toen hij nog op aarde leefde, maar dat hij steeds meer binnen in mij leeft, en door mij heen werkt.

Een voortgaande transformatie

Aan deze paar notities – er zijn veel meer voorbeelden mogelijk en in de volgende hoofdstukken zult u daar ook meer over lezen – kunt u al aflezen dat de gestorvene aan de overkant door een voortdurende transformatie heengaat.

Ik sta in dit boek uitgebreid stil bij de eerste drie dagen na de dood, en minder uitgebreid bij de volgende stappen op die weg. Heel eenvoudig, omdat de ervaringen van de gestorvene gedurende die eerste drie dagen voor ons nog zo invoelbaar zijn. Hoe verder de gestorvene zich in zijn nieuwe wereld thuis begint te voelen en hoe meer hij zich ontwikkelt zoals dat in die wereld

past, hoe moeilijker het voor ons te volgen wordt: die wereld is echt zo anders dan het aardse leven. Ik heb daarom die latere ontwikkelingen in korte, kernachtige beschrijvingen onder woorden gebracht.

Overigens is het idee dat de gestorvene na zijn dood een voortdurende transformatie ondergaat helemaal niet zo vreemd als het misschien lijkt. Hier op aarde maken wij in wezen hetzelfde mee: we beginnen als baby, worden een peuter, daarna een kleuter, een puber, enzovoort, tot we een oud mens worden (als we tenminste niet al voor die tijd gestorven zijn). Vaak is het zelfs moeilijk om in de oude mens nog iets van het kind terug te vinden. Dit voorbeeld verheldert het transformatieproces dat we hier op aarde doorleven en zo gewoon vinden. Net zo gewoon is het transformatieproces voor de gestorvene in de geestelijke wereld dat bij de dood begint.

Ik vertel dit alles, omdat ik duidelijk wil maken dat de inzichten die ik in dit boek mag doorgeven mij zelf zo geholpen en begeleid hebben bij het sterven van mijn geliefde. Ik hoop dat iedere lezer of lezeres die met het verlies van een dierbare wordt geconfronteerd, of die zelf spoedig door de poort van de dood zal gaan, bemoedigd en geholpen wordt door deze inzichten.

Hans Stolp, januari 2021