

# Inhoud

Voorwoord	9
Inleiding	12
DE EERSTE REDEN: miljoenen mensen zijn teruggekeerd uit de dood	15
DE TWEEDE REDEN: een unieke casus die niet te weerleggen is	30
DE DERDE REDEN: op de drempel van de dood	38
DE VIERDE REDEN: een geest buiten het lichaam	49
DE VIJFDE REDEN: waarnemingen bij de dood	67
DE ZESDE REDEN: mediumschap	75
DE ZEVENDE REDEN: tekenen uit het hiernamaals	84

BESLUIT	114
Tips en extra informatie	116
Nawoord	119
Dankwoord	140
Bibliografie	141

## Miljoenen mensen zijn teruggekeerd uit de dood

*'Als je ervan overtuigd bent dat iets niet bestaat, zie je het niet.'*

Ervin László

'Meteen na mijn hartaanval ben ik uit mijn lichaam getreden. Ik was bij het plafond en zag alles: ik heb alle details van mijn reanimatie meegemaakt. Ik wilde de mensen die me probeerden terug te halen naar het leven toeschreeuwen dat ze me met rust moesten laten, dat ze me moesten laten gaan, maar ze konden me toch niet horen. Ik voelde me echt fantastisch en ik had helemaal geen zin om terug te keren naar mijn lichaam. Vervolgens ging ik een tunnel in. Ik baadde in een licht van onvoorwaardelijke liefde en ik was onbeschrijflijk gelukkig. Ik heb heel mijn leven tot in de kleinste details en versneld teruggezien. Ik voelde al het goede dat ik voor anderen had gedaan en ook al het kwaad dat ik anderen aangedaan had. Ik kwam een oneindig goed wesen van licht tegen dat me vroeg wat ik met mijn leven gedaan had en wat ik voor anderen gedaan had. Mijn overleden ouders kwamen naar me toe om me te zeggen dat ik terug moest naar mijn lichaam, dat ik jammer genoeg niet bij hen kon blijven, hoewel ik dat dolgraag wilde. Ze toonden me een grens waar ik niet overheen mocht gaan. Op het moment dat ik terugkwam in mijn lichaam, overvielen alle aardse pijnen me weer en was ik heel

verdrietig omdat ik dit prachtige licht had moeten achterlaten. Maar ik ben nu heel gelukkig, want ik weet dat er een leven is na de dood en dat ik op een dag weer in dat licht van liefde kom. Ik weet ook dat het belangrijkste op deze aarde is om lief te hebben en anderen te helpen. Deze ervaring heeft mijn leven op zijn kop gezet. Niets zal ooit nog zijn zoals ervoor.'

## **Reizen naar het hiernamaals**

In 25 jaar reanimatie heb ik honderden getuigenissen kunnen verzamelen van patiënten die teruggekeerd zijn nadat ze klinisch dood waren. Het verhaal dat je zojuist gelezen hebt, is een korte synthese van die verschillende ervaringen, een soort samenvatting van de voornaamste elementen in al die reizen naar het hiernamaals. De volgorde van de gebeurtenissen zoals die werd beschreven in de samenvatting is bijna altijd hetzelfde, los van culturen, filosofieën, plaatsen of geloofsovertuigingen.

Er bestaat geen enkele factor die kan voorspellen of deze ervaring zich wel of niet zal voordoen: niet de leeftijd, noch het geslacht, het sociaal niveau of de geloofsovertuiging maken het mogelijk om te zeggen of iemand voorbestemd is om deze uitzonderlijke gebeurtenis mee te maken. Toch zijn geen twee verhalen hetzelfde, want iedereen ervaart een gebeurtenis vanuit zijn eigen gevoeligheden en cultuur. Maar de talloze terugkerende elementen die ik kon verzamelen, doen vermoeden dat de reis voor iedereen ongeveer hetzelfde is. Het is alsof je aan een jonge Inuit, een oude Amerikaanse vrouw en een 50-jarige Senegalees zou vragen om een reis naar Venetië te beschrijven: hun verhalen zullen heel verschillend zijn, maar toch zul je al snel merken dat ze allemaal dezelfde stad bezocht hebben. Een kind dat een hartstilstand gehad heeft, zal

bijvoorbeeld zeggen dat hij ‘een mens gezien heeft die licht gaf’ als hij het wezen van licht beschrijft. Sommigen ontmoeten Jezus Christus, anderen Boeddha, de maagd Maria of de profeet Mohammed: de godheid die mensen in het licht zien, neemt een andere gedaante aan afhankelijk van hun overtuiging en geloof. Eén element vinden we in 100% van de gevallen terug: wie deze ervaring beleefd heeft, zegt dat het leven voortgaat na de dood en dat het hiernamaals bestaat. Daar zijn ze heilig van overtuigd en niets of niemand kan ze nog op andere gedachten brengen. Een van hen zei mij op een dag:

‘Zelfs als een wetenschapper overduidelijk zou kunnen bewijzen dat mijn ervaring alleen maar een hallucinatie was, dan zou ik er nog geen woord van geloven, want ik weet diep vanbinnen dat mijn ervaring die dag echt was en niets te maken had met een droom of een hallucinatie!’

In verschillende statistische studies is er onderzoek gedaan naar hoeveel mensen deze transcendentale ervaring gehad hebben na een hartstilstand. Uit de resultaten bleek dat het er miljoenen zijn en dat deze ervaringen logischerwijze veel minder voorkomen in de streken in onze wereld waar de mogelijkheden om te reanimeren quasi onbestaand zijn. De kans is dus groot dat de aantallen heel snel zullen toenemen nu er gemakkelijker over dit soort dingen gepraat kan worden en de defibrillatoren steeds beter worden en op meer plaatsen beschikbaar zijn, in sommige landen zelfs in de openbare ruimte.

In een klein aantal gevallen worden uitstapjes naar het hiernamaals op een minder aangename manier beleefd. Michiel hield bijvoorbeeld een verschrikkelijke herinnering over aan een ervaring tijdens zijn anesthesie, toen hij jaren geleden vrij dringend

**een bypass moest krijgen. Zijn verhaal geeft duidelijk alle negatieve kanten van zijn ervaring weer. Er zijn verschillende studies gedaan om te begrijpen waarom sommige mensen de hel beleven tijdens zo'n ervaring in plaats van het paradijs en ook hier is er geen enkele voorspellende factor gevonden. Dit is zijn brief:**

'Je weet nooit hoe de dingen verlopen op je reis naar gene zijde.

Een dichter schreef: "Een droom die ik vaak droom, vreemd en indringend..." Dat gedicht en nog een aantal andere teksten spookten door mijn hoofd toen ik naar de operatiekamer gereden werd...

Welke droom zou ik hebben?

Verblindende lichten, armen wijd uitgestrekt, groene engelen die rondom de offertafel zweven...

Zoals in het gedicht zou mijn lichaam opengescheurd worden tot aan mijn ingewanden, tot aan het hart dat zich te druk gemaakt had!

Een stem zegt: "Maak een vuist. Ik ga op uw arm duwen en dan in uw beste ader prikken. U zult niets voelen. Begin maar te tellen."

Een licht branderig gevoel in een ader van mijn linkerarm. Ik tel: een, twee, drie, vier, vijf... en toen begon de zachte, wollige afdaling naar het niets... de leegte, de afwezigheid, de nevelen. Ik weet niet hoelang ik gevoelloos rondwaalde...

Opeens werd ik wakker, minuscuul klein en naakt. IJskoud, meer vanbinnen dan vanbuiten. Ik zat tegen een duizelingwekkende muur geplakt; geen bodem, geen hoogte, geen einde of begin. Mijn horizon bestond alleen nog maar uit de korrelige, beige muur waar ik door een onbekende kracht tegenaan geduwd werd, platgedrukt werd, verpletterd werd... Ik was bang, ik was alleen, overal ver vandaan, ver van iedereen vandaan, ver van elk geluid, alleen... Een kleine naakte baby in een ijzige stilte... Ik had het koud, zo koud. Toen voelde ik die verschrikkelijke muur opeens bewegen, kantelen en me meesleuren naar de leegte... Ik stond doodsangsten uit... Ik zou verdwijnen in de absolute verschrikking... Dat was het dus... de DOOD... of de HEL...

Maar nee, ik werd weer wakker in mijn ijskoude lichaam. Ik hoorde lawaai om me heen; dat was zo geruststellend... Engelenstemmen zeiden: “Hij wordt wakker...” Ik had het koud, zo koud, ik wilde dat ze me toedekten met een warme deken, maar ik zat in een ijzig harnas, een lichaam dat me niet antwoordde en me niet gehoorzaamde...

Waarom hadden ze me opgesloten in een levenloos lichaam dat mijn gevangenis was?

Ik wilde het laken grijpen waarop ik lag, maar dat ging niet; mijn handen bleven ook van ijs...

Uiteindelijk kon ik uitbrengen: “Ik heb het koud...”

**Een ander voorbeeld: een uittreksel uit de getuigenis van C. L. (een persoon die om begrijpelijke redenen anoniem wil blijven) is een perfecte beschrijving van wat een ervaring in de hel kan zijn geweest tijdens een hartstilstand.**

‘Ik zweefde aan het plafond en zag hoe de anesthesist me hartmassage gaf, terwijl de chirurg hem vroeg wat hij moest doen. Ik zag duidelijk mijn lichaam op de operatietafel liggen, maar het was alsof het een vreemd lichaam was dat niet meer bij mij hoorde. Er stonden veel mensen om me heen om me te reanimeren. Daarna kwam ik in een soort heel donkere kegel terecht, die spiraalsgewijs ronddraaide. Een heel sterke stroming duwde me naar het uiteinde van die trechter. Onderweg zag ik gerimpelde en vertrokken gezichten, die leken te horen bij mensen die verschrikkelijk leden. Hoe dieper ik kwam in die trechter, hoe meer de mensen leken te lijden. Ze schreeuwden, maar er kwam geen geluid uit hun mond. Het was verschrikkelijk. Ik kon hun lijden ook voelen. [...] Toen ik uiteindelijk voor een reusachtige vlam stond, dacht ik eerst dat ik in de hel was en dat ik meteen verzwolgen zou worden door het vuur. Maar de vlam begon op een gekke manier te dansen en wikkelde zich om me heen om me te vragen hoe ik anderen geholpen had. Ik wist niet wat

ik moest zeggen. Op dat moment realiseerde ik me opeens dat mijn leven tot dan toe alleen maar een opeenvolging was geweest van kleine diefstallen en onbenullige zwendeltjes. Ik probeerde alleen maar mezelf te verrijken door te stelen en neer te kijken op anderen. Ik was heel ongelukkig omdat ik niemand geholpen had, vooral mezelf niet. Mijn bijna-doodervaring (BDE) heeft me doen inzien dat je alleen maar gelukkig kunt zijn als je anderen helpt. Dat is wat ik nu doe. Mijn BDE heeft me ook de kans gegeven om met mijn handen te werken. Ik ben dat spontaan gaan doen zodra ik terugkwam in het leven. Ik verzorg anderen gratis en dat werkt. Mijn vrienden herkennen me niet meer, want ik was wat men een “zakenman” noemt die alleen maar aan geld denkt, en nu ben ik juist helemaal mezelf en vooral helemaal vrij. Ik ben niet bang om te sterven, want ik weet dat ik nu goede daden kan voorleggen als ik weer voor God kom te staan. De moraal van mijn verhaal is dat je alleen maar gelukkig kunt zijn als je anderen helpt, al is het maar iemand helpen om de straat over te steken.’

**Djohar si Ahmed is psychoanalist en dokter in de psychopathologie. Zij is al heel lang geïnteresseerd in het gewijzigde of veranderde bewustzijn en in telepathische fenomenen, en ze is een van de weinige wetenschappers die de spirituele dimensie betreft in haar verschillende therapieën. Als je haar vraagt wat zij denkt van deze ervaringen van de hel, antwoordt ze:**

‘Een positieve BDE is een opmerkelijke, narcistische toestand waarin de betrokkene opgaat in een absolute liefde, in een allesomvattend begrip van zichzelf. Negatieve BDE’s zijn woord voor woord het omgekeerde van positieve BDE’s: wat prachtig was, wordt duivels; wat mooi was, wordt angst en horror; wat licht was, wordt duisternis; het paradijs wordt de hel enzovoort. Voor de persoon die de negatieve BDE heeft ondergaan, is er-