

Rust zacht Noa

In contact blijven met je dier



# Rust zacht Noa

In contact blijven met je dier

Paulien Luiten

## **Colofon**

©2026 Paulien Luiten

Omslag: Klaartje Duijm/Paulien Luiten

Uitgever en druk: BraveNewBooks

Redactie: Klaartje Duijm

Foto voor- en achterzijde: Paulien Luiten

Afbeeldingen in boek: Paulien Luiten m.b.v. Insmind.com

Contact over boek: [rustzachtnoa@gmail.com](mailto:rustzachtnoa@gmail.com)

Boek bestellen:

Via auteur: [rustzachtnoa@gmail.com](mailto:rustzachtnoa@gmail.com)

Via: [www.bravenewbooks.nl/paulienluiten](http://www.bravenewbooks.nl/paulienluiten)

ISBN 978-94-65387-87-1

*Foto voorzijde:*

*Bos waar Noa en ik vrijwel dagelijks wandelden*



## INHOUD

Voorwoord	1
Inleiding	3
1 De dag dat ik Noa in laat slapen	5
2 Noa komt in mijn leven	7
3 De eerste maanden	13
4 Het leven met ups en downs	23
5 Spiritualiteit komt in ons leven	29
6 Verhuizen naar het platteland	45
7 Communicatie met dieren en mediumschap	53
8 Nierfalen	65
9 Het is zover, de laatste dag samen	73
10 De tekens die Noa en ik afspreken	79
11 De plek waar Noa en ik elkaar ontmoeten aan de 'andere kant'	83
12 Het rouwproces	87
13 Tekens van Noa	95
14 De liefde tussen mens en dier wordt soms onderschat	111
15 Manieren om contact te maken met je overleden dier	117
16 Ode aan Noa	133
Nawoord	135
Literatuurlijst	137





## Voorwoord

Het idee om dit boek te schrijven, kwam als een donderslag bij heldere hemel tijdens het wandelen, zomaar, ineens. Het kwam niet van mezelf, dat wist ik meteen. Ik was namelijk helemaal niet bezig met het idee om een boek te gaan schrijven. Ik voelde me overweldigd door het grootse plan en kon het niet goed overzien. Het idee erachter snapte ik. Mensen laten weten dat we na de dood van onze geliefde dieren nog met ze kunnen praten, dat ze er nog zijn. Vertellen over dat er meer is tussen hemel en aarde en dat ik dat via mijn spirituele reis ervaren heb. Het boek zou troost kunnen bieden, handvatten kunnen geven en vertellen over de liefde tussen mens en dier. Een bijzondere band, die herkend zou worden door velen. Ik zou mensen kunnen inspireren om met hun overleden dier in contact te gaan. Maar toch. Twee dagen liep ik met een zwaar gemoed, wat een klus! Ik had echter ervaren dat ik op deze plotselinge ingevingen kon vertrouwen. Dus ik begon en na een paar dagen begon het vorm te krijgen en ging het hele idee lichter voelen. Teksten, volgorde van onderwerpen en ideeën kwamen als vanzelf. Ik vond het steeds leuker. Oude herinneringen aan mijn hond Noa en mij kwamen terug en bovendien bleek het een fijne manier om het verdriet te verwerken. Noa was zes weken daarvoor overleden. Tijdens het schrijven over de laatste dag samen, drupten dan ook

de tranen over mijn wangen. Tranen van gemis, liefde én dankbaarheid.

En nu heb jij het boek in je hand. Je hebt het gekocht of gekregen en daar ben ik dankbaar voor. Ik hoop dat het je iets brengt, je inspireert, je troost geeft. Dat het je vertrouwen geeft dat er iets groters is dat voor ons en onze dieren zorgt. Ik hoop dat jij je liefdevolle band met je dier voortzet na het overlijden. Want die blijft bestaan, ook ná de dood. Dat is me wel duidelijk geworden.

Ik wens je veel leesplezier en veel liefdevolle contacten toe!

Paulien Luiten

## *Inleiding*

**W**at kun je verwachten van dit boek?

Dit boek gaat over in contact blijven met je geliefde dier, nadat het is overleden. Het vertelt over de tekens die ze kunnen sturen en hoe dit kan helpen bij het rouwproces. Hoe dit troost kan bieden, omdat het de zekerheid geeft dat ze nog bij ons zijn en meekijken.

In hoofdstuk 15 staan manieren hoe je met je dier kunt blijven praten. En waarom iederéén dit kan en niet alleen bepaalde mensen.

Verder kun je lezen over hoe Noa in mijn leven is gekomen en welke hobbels we in het begin hebben overwonnen. Ik vertel over mijn spirituele reis die begon tijdens een uitdagende relatie. Hoe ik stapje voor stapje bewust mijn kijk op het leven en mijzelf heb veranderd. Ik begreep namelijk steeds meer dat we onderdeel zijn van een groter geheel dat voor ons zorgt en ons helpt als we erom vragen. Dit bewustwordingsproces bracht me naar een totaal andere baan. Van rechercheur bij de politie stapte ik over naar het mediumschap, waarin ik als medium contact maak met overleden mensen en dieren.

Ik vertel over het in laten slapen van Noa en het rouwproces daarna. Hoe we voor haar overlijden tekens hebben afgesproken en hoe ze me er later mee overspoelde. Alles om het 'vrouwkje' gerust te stellen, te helpen bij het verlies en te laten merken dat ze er nog was.

Je kunt lezen over de diepe liefde tussen mens en dier die soms onderschat wordt. Het laat zien dat de wonderen de wereld nog niet uit zijn en dat werkelijk alles mogelijk is als we ervoor openstaan.

Het is ontroerend, luchtig, verdrietig, realistisch en humoristisch wat je zult lezen. Een mix van dit alles, zoals het leven ook is.

Ik wil je vragen om er met een open mind in te gaan. Tegelijkertijd vraag ik je om niet alles wat je leest voor zoete koek aan te nemen. Voel of het resoneert, of het je aanspreekt. Ik pretendeer op geen enkele manier de wijsheid in pacht te hebben. Het is een persoonlijk verslag en het gaat over hoe ik bepaalde situaties heb ervaren. Misschien zie of voel jij dingen anders. Dat is prima natuurlijk. We zijn allemaal uniek met onze eigen gevoelens en kijk op de wereld.

Duik erin en ontdek wat er allemaal nog meer in je dier, in jou, in jullie samen en in het leven zit!

# 1

## *De dag dat ik Noa in laat slapen*

Vandaag is de dag. Wanneer ik wakker word, weet ik het direct weer. Vandaag ga ik Noa in laten slapen. Vrijdag 28 november 2025. Die dag zal ik nooit meer vergeten, dat weet ik nu al ...



*Leisteen op Noa's graf.*



*Noa komt in mijn leven*

*9,5 jaar eerder*

**P**fff, wat is het heet. Het zweet loopt in straaltjes van mijn lichaam, ondanks de soepjurk en draaiende ventilator. Het is april 2016 en ik ben in Curaçao op bezoek bij mijn zus, die daar een huis heeft. Het is een mooie omgeving en ik kijk naar de palmen en prachtige vogels. De hitte speelt me echter parten en ik zoek verkoeling in het zwembad dat vlak bij het huis ligt. En zo lekker zwemmend en spartelend bevalt Curaçao een stuk beter. Ik ben niet de enige gast in het huis van mijn zus, want ze heeft ook een hond te logeren. Ze zorgt af en toe tijdelijk voor honden die het moeilijk hebben. En zo ook voor deze hond, Noa. Noa blijkt een superlieve, dankbare en dienstbare hond van ongeveer 1,5 jaar oud te zijn. Ze lijkt wat op een vos met dezelfde kleur, tekeningen en mooie staart, alleen wat groter. Ze heeft de liefste ogen en mooie blonde wimpertjes. Wat een plaatje! Noa leefde in de buurt van het strand en lag in de schaduw onder een auto, toen ze enkele maanden ervoor gevonden werd. Iemand die onderdeel is van een groep mensen die zwerfhonden (op)vangt, zag haar liggen. Deze mensen doen het uit compassie en