

De kracht van een bijnadoodervaring (Mw J.K.)

Toen ik in mei 2007 terecht kwam op de website van stichting Merkawah, werd mij veel duidelijk. Jarenlang heb ik mijn BDE niet herkend. Nu heb ik zelf 'ja' gezegd tegen mijn BDE en tegen mijzelf. Ik wilde niet langer afhankelijk zijn van de mening van anderen en ik ben zelf achter het stuur gaan zitten. Mijn leven is hierdoor veranderd: ik ben gegroeid van klacht naar kracht.

Ik ben het zevende kind in een gezin van twaalf kinderen. Tot haar grote schrik kreeg mijn moeder rode hond in het begin van haar zwangerschap van mij, waardoor zij voortdurend in angst zat dat ik me niet goed zou ontwikkelen. Na mijn geboorte bleek ik scheel te zijn, ik maakte geen oogcontact en heb maandenlang alleen maar gehuild. De angst van mijn moeder werd hiermee bevestigd. Ik werd gezien als een gehandicapt meisje. "Anders" dus.

Later op school bleek ik helemaal niet gehandicapt te zijn. Ik kon zelfs goed leren en kreeg veel vriendjes. Maar thuis zagen ze me jarenlang als gehandicapt en 'anders'. Ik deed mijn best om niet teveel 'anders' te zijn, maar toch voelde ik me thuis niet op mijn gemak. In een groot gezin met twaalf kinderen moest je een grote mond hebben om gehoord te worden. Maar dat wilde ik niet, ik had geen zin om mee te doen in die agressieve strijd. Ik was veel in de natuur, had oog voor kleine dingen, hield van mooie muziek en volgens mijn moeder was ik ook altijd bezig vrede te stichten waar dat nodig was. Maar ik werd hierom belachelijk gemaakt. Ik was een buitenbeentje en paste mij aan, om maar geaccepteerd te worden. Tijdens mijn puberteit kreeg ik een eetstoornis en werd een anorexia-patiënt. Wat een vreselijke tijd. Veel werken en vooral niet teveel eten... zo had ik mezelf in de hand en kreeg ik aandacht, weliswaar op een negatieve manier. En zo zwoegde ik jaren voort.

Evangelische gemeenschap

Ik ging op mezelf wonen en kwam in contact met een evangelische gemeenschap. Daar kwam ik helemaal thuis. Ik voelde er warmte en geborgenheid, en bloeide helemaal op. Zelfs mijn anorexia ging naar de achtergrond. Maar aan die warmte en liefde waren wel voorwaarden verbonden. Ik moest mij toevertrouwen aan die gemeenschap en mij laten inwijden. Dat was een zware strijd, want ik moest mijn eigen 'ik' laten varen en mij aan allerlei regels en wetten gaan houden, uit naam van God. Waarom zou God dat willen? Ik ging daarover in discussie, maar volgens de leiders van de kerk was de Bijbel hierover duidelijk en ongenadig. Ik moest mijzelf opgeven om Gods liefde te ervaren. Ik hunkerde naar liefde en warmte en heb mijzelf daarom weer aangepast. Ik raakte gevangen in een web van regels en voorwaarden. De anorexia dook weer op, maar nu heviger. Ik werd broodmager en raakte uitgeput.

Visioen

Vanuit die evangelische gemeenschap kreeg ik hulp aangeboden en ik werd een tijdje bij een gezin in huis opgenomen. Ik vertelde dat ik wel eens paranormale ervaringen had. Men vond dat vreemd en zei dat ik occult belast was. Ik werd doodsbang, kroop in bed, letterlijk in mijn hol, en wilde er niet meer uit. Na twee dagen kreeg ik werkelijk mooie beelden. Ik kreeg een visioen met een boodschap, heel bijzonder. God troostte mij en gaf

mij moed. Hij toonde mij mijn toekomst in drie fasen. De eerste fase zou ik beter worden; daar had ik tijd en rust voor nodig. De tweede fase zou ik de draad weer oppakken, me mogen ontwikkelen en genieten van het leven en in de derde fase zou ik anderen gaan helpen. Dit kreeg ik te zien in een soort film. Ik werd zo rustig van binnen, ik was ineens niet meer bang, ik zou het redden. Ogenblikkelijk ging ik uit bed, ging me douchen en kwam opgefrist beneden in de kamer. Vol goede moed vertelde ik wat me was overkomen. Een ongenadig oordeel volgde. "Dit kon niet van God zijn, dit is niet zuiver. Dit komt vanuit de duisternis". Ik kreeg een klap in mijn gezicht, alles werd mij uit handen geslagen, de grond verdween onder mijn voeten.

Psychiatrische afdeling

Toen ging het bergafwaarts. Weg was de moed, weg was het vertrouwen. Ik werd opgenomen op de psychiatrische afdeling in een algemeen ziekenhuis. Ik werd verschrikkelijk bang en raakte in paniek. "Het komt zo niet goed," hoorde ik mezelf nog fluisteren, "O God, help me!". Ik werd rondgeleid op de afdeling, terwijl ik bijna niet meer kon lopen. Ik hunkerde naar een bed, naar rust. Maar ik moest aan tafel, het eten was net binnen gebracht en ik moest zelf het deksel er afhaken. Met heel veel moeite probeerde ik dat en tegelijk voelde ik mijzelf wegglijden, al mijn kracht was weg en ik kwam terecht in een tijdloze, vredige omgeving. Ik zag niets, maar hoorde wel. Ik voelde geen onmacht meer, geen paniek, geen angst... Ik hoorde de verpleegkundige roepen: "Kom je me even helpen?" Ik werd aan beide armen vastgepakt en ze sleepten me met mijn buik over de grond naar een andere ruimte. Daar lieten ze me los en ik kwam met een smak op de grond. Ik hoorde de verpleegkundige nog zeggen: "Laat die maar even liggen". Dit beleef ik nog steeds als mijn dieptepunt, mijn diepste pijn. Ik lag daar op mijn buik, mijn gezicht op de vloer, mijn handen voor mij uit, zonder kracht om iets te bewegen. Ik was daar helemaal alleen, niemand keek naar me om. Ik besepte dat ik koud werd en langzaam dood ging. In mezelf voelde ik geen angst. Ik vond het allemaal prima. Ik dacht met liefde aan mijn vader en moeder en vond het voor hen jammer dat ze geen afscheid van mij konden nemen. Maar ik voelde me heel gelukkig. Ik kwam terecht in een mooi helder licht, in een sfeer van ongekende Vrede en Liefde, met een bovenmenselijke rust... een boven alles uitstijgende dimensie. Het was goed zo.

Vervolgens voelde ik een neergaande beweging. Ik kwam als het ware terug in een soort knelling. Ik hoorde iemand mijn naam roepen en ik richtte mij daarop. Ik deed mijn ogen open en zag een vrouw, een verpleegkundige. Ik zag haar ver boven mij op mij neer kijken. "Kom", zei ze, "je moet gaan staan". Alles in mij ging protesteren... NEE... Ik wil niet meer, laat mij, ik voelde nog steeds een vredige sfeer in mij. Ik schudde van nee, daarmee besepte ik opeens dat de krachten terug kwamen. Ik kon mezelf weer wat bewegen. Maar ik wilde niet meer... Ze trok me aan mijn armen omhoog en dwong me mee te werken. Toen ik bijna stond, voelde ik ineens met een schok, met een harde klap mijn hoofd weer terug komen. Ik werd heel boos, gaf aan dat ik Jezus kwijt was en voelde me ontredderd. De verpleegkundige begreep dat niet en zei dat Jezus er wel voor mij zou blijven. Ik moest doen wat zij van mij verwachtte.

Warme kern

Mijn hoofd had een harde klap gemaakt en ik was bang dat er iets kapot was in mijn hoofd. Voor de zekerheid werd een EEG gemaakt, maar daaruit bleek niets ernstigs. Zelf voelde ik dat er iets ingrijpends was gebeurd. Ik had van binnen een grote, warme kern ontvangen, waar ik me veilig en zeker bij voelde. Ook al was ik nog zo zwak, ik wist nu zeker dat ik niet meer wilde volgen... ik wilde bij mijn warme kern blijven... De 'deskundigen' snaptten dat niet. Ik moest in therapie en kreeg medicijnen voorgeschreven, waarvan ik ziek en angstig werd. Ik kwam in conflict met alles en iedereen, ook met mezelf. Moest ik mij aanpassen, terwijl ik dat helemaal niet wilde? Moest ik het conflict aangaan, terwijl ik dat misschien helemaal niet aankon?

Ik probeerde in contact te blijven met mijn warme kern. In mij was iets ontstaan wat mij leidde, mij begreep, mij ondersteunde en troostte... mij accepteerde zoals ik ben, met onvoorwaardelijke *liefde*. Dat gaf mij zekerheid. Dat *Iets* zou ik een naam kunnen geven: God, Jezus, Bron, Leven, Liefde, Kracht, Wijsheid, Kern, Energie. Maar wat zegt een naam? Die onvoorwaardelijke Liefde heb ik mogen ervaren, waardoor ik weet dat alles één is en met elkaar verbonden. Het is niet Gods behoefte dat we alles en iedereen opdelen in hokjes en plaatjes. Dat doen de mensen, hierdoor ontstaat er een conflict tussen onvoorwaardelijke Liefde en liefde met voorwaarden. Dit conflict ervaar ik dagelijks en dat doet me pijn.

Psychotisch?

Op de psychiatrische afdeling ging het steeds slechter met mij. Ik verlangde naar Vrede en Liefde, maar volgens de artsen was ik psychotisch. Ik ben een tijdje weer thuis geweest en vervolgens weer een tijd opgenomen in een psychiatrisch ziekenhuis. Ze wisten niet goed raad met mij en vonden me een lastige patiënt. Ik voelde me intens eenzaam. Omdat ik het gevoel had dat de medicijnen mij geen goed deden, ben ik er in overleg met mijn psychiater mee gestopt. Zij wilde me weer een ander middel geven, maar ik wilde dat niet meer. Tot mijn verbazing begon ik me veel gezonder en meer mijzelf te voelen.

Vervolgens ben ik naar een klassiek homeopaat gegaan, die voor mijn gevoel de eerste hulpverlener was die mij serieus nam en mij geloofde. Ik vertelde haar precies hetzelfde als al die andere artsen, maar zij vond dat ik zo duidelijk vertelde wat in mij leefde. Zij veroordeelde mij niet, drukte me niet in een hoek en bevestigde me zoals ik werkelijk was en ben. Die onvoorwaardelijke Liefdevolle Energie mocht er gewoon zijn. Het voelde alsof ik opnieuw werd geboren en steeds meer tot mijn eigen kern kwam. Met mijn psychiater had ik nog een gesprek. Zij vond het een verbazingwekkende ontwikkeling en vroeg zich nu ook af of de diagnose 'psychotisch' wel klopte. Ze vond dat er een wonder was gebeurd.

Nu kon mijn leven weer stromen vanuit de energie die ik op een wonderbaarlijke manier had ontvangen. Ik kreeg een vriend, we gingen trouwen en we kregen twee prachtige meiden. Velen verbaasden zich er over dat alles zo goed leek te gaan. Over mijn verleden als 'psychotische' patiënt werd nooit meer gesproken, ik had dat 'veilig' opgeborgen. Wel had ik veel stress, was supergevoelig voor sferen en spanning en raakte snel in conflict. Maar ik heb fijne vriendinnen met wie ik heel goed kan praten. Ik kreeg veel belangstelling voor de spirituele kant van het leven en de kerk begon me steeds minder aan te spreken. Wel was ik altijd bang dat er ergens uit een onverwachte hoek een hard oordeel kon vallen.

WAO

Het onverwachtse kwam... De politiek besliste dat mensen met een WAO-uitkering opnieuw beoordeeld moesten worden. Oude dossiers werden tevoorschijn gehaald. Ik had al jaren een uitkering en mijn dossier zat daar ook bij. Mijn hele geschiedenis kwam terug, met alle woede en angst. Ik voelde me weer in een hoek gedrukt. Ik kon het niet meer aan, zocht hulp en kwam terecht bij een steengoede therapeute. Zij constateerde bij mij een verwaarloosde PTSS (posttraumatisch stressyndroom). Dit was een diagnose waar ik achter kon staan. Zij ging met mij de strijd aan tegen de instanties. Zij bevestigde mij in wie ik was en zei me dat ik heel duidelijk en zuiver de dingen kon weergeven. Zij gaf mij hoop voor de toekomst. Bij de sessies kwamen alle boosheid en verdriet naar buiten. Over mijn bijzondere positie en de vernedering in mijn gezin, en de vernedering op de psychiatrische afdeling. De ontkenning van wie ik was, de voortdurende afwijzing, de pijn en angsten. Wat de medicijnen met me hadden gedaan. Ik moest heel veel verwerken.

BDE

Vorig jaar, 20 jaar na de opname op de psychiatrische afdeling, heb ik contact gezocht met de verpleegkundige die mij had teruggeroepen. Ze herinnerde zich nog wie ik was en ook zij vroeg zich af wat er toch was gebeurd. Ze vond het opvallend dat ik er nog zo mee bezig was. Ik vroeg mij af: Hoe kan ik zo duidelijk Liefde hebben gevoeld, terwijl ik daar helemaal niet mee was opgegroeid? Opeens kreeg ik de gedachte van een BDE. Vreemd was dat. Ik had wel eens van een BDE gehoord, maar dat nooit aan mijzelf gekoppeld.

Ik zocht informatie op het internet en kwam op de website van Merkawah terecht. Dat was schokkend. Ik begon te beseffen waar het eigenlijk bij mij om ging. Vanuit de diepste diepte stroomden mijn tranen. Het was een opluchting. Wat ik eerder niet begreep, kreeg nu een plaats. Dat gaf rust. Maar de pijn is meer dan schrijnend en ik heb tijd nodig om mijn ervaringen te verwerken. Tijdens dit verwerken kwam ik weer tot een ontdekking. Er zat nog iets in mijn lijf, wat aandacht vroeg, een gebeurtenis die al veel eerder in mijn leven was voorgevallen. Ik probeerde mij er op te focussen en ik herinnerde mij weer het verhaal van een val van de tafel.

Het was me vaak verteld, maar ik had er nooit aandacht aan geschonken. Nu werd het ineens belangrijk, en heb hierover binnen de familie gesprekken gevoerd. Ik hoorde voor het eerst dat ik door de val buiten bewustzijn was geraakt; mijn lichaam schokte bij deze informatie.

Ik kreeg het boek "Kinderen van het nieuwe Millennium" van Attwater in handen. Een boek waaruit ik heel veel informatie kreeg over kinderen met een BDE. Hiermee is voor mij de cirkel rond, kan ik mijn "innerlijk weten" ergens op baseren. Ik ben ervan overtuigd dat een BDE in een vroeg stadium van het leven ook transformaties met zich mee kan brengen.

Integratie

De tijd van integreren is aangebroken en daar zal ik tijd voor nemen. Ik verlang ernaar mijn pijn om te vormen tot iets waardevols, iets wat kan bijdragen aan bescherming van anderen.

Maar ook inlevingsvermogen, steun, grenzen en ruimte... om mijzelf te mogen zijn/worden.

Mw J. K.