

# Leven met een Bijna-Doodervaring (Mw R.B.)

## *In mijn beleving was ik al geboren met een bijna-doodervaring.*

Ik kwam ter wereld tijdens de winter van 1955 in een onverwarmde slaapkamer van een arbeidershuisje. Toen de dokter kwam, was ik er al. Mijn moeder had mij toegedekt met een deken, maar ik was onderkoeld. Ik had winterhanden en wintervoeten. Dat was het begin van mijn leven.

### Wonderlijke droom

Toen ik een meisje van drie was, droomde ik dat ik werd doodgeschoten. Ik was een jongen van 23 jaar. Ik zat in het verzet en ik vluchtte voor de Duitsers. Ik voelde de kogels in mijn rug en ik viel voorover in het gras. Het volgende moment keek ik op mijzelf neer. Ik was verbaasd dat ik geen pijn voelde.

Deze droom is mij altijd bij gebleven. Ik heb altijd gedacht dat ik droomde over een gebeurtenis die zich dichtbij mijn geboortehuis had afgespeeld. In 1945, een paar maanden vóór de bevrijding, was deze jongen doodgeschoten en zijn gedenkteken is ongeveer een kilometer van mijn geboortehuis geplaatst.

Waarom weet ik dat ik een BDE heb gehad? Ik kan mij niets herinneren van een tunnelervaring. Maar ik heb een droom gehad over de bijna-doodervaring van mijn vorige leven. Er zijn momenten in mijn leven geweest dat ik in een vacuüm boven mijzelf hing als het leven te zwaar was. Tastbare bewijzen heb ik dus niet, maar het is mijn innerlijke weten.

### Hoe het verder ging

Ik weet niet wat een leven vóór de BDE is. Mijn leven is nooit anders geweest. Ik heb niet altijd een gemakkelijk leven gehad, maar het is wel mijn leven. Ik heb er veel van geleerd en dat kan niemand mij afnemen.

Ik was een vrolijk kind. Het leven kwam mij aanwaaien. Ik kon gemakkelijk leren en van jongsaf aan kwam ik in aanraking met muziek. Toen ik acht was, mocht ik meespelen met het fanfare-orkest in ons dorp.

Toch lag er een schaduw over mijn leven. Mijn ouders konden mij niet beschermen tegen mijn oudere broer. Hij was gewelddadig en vanaf mijn eerste levensjaren heeft hij mij vrijwel iedere dag lichamelijk en geestelijk mishandeld. Toen ik veertien jaar was, werd ik uit huis geplaatst, weg uit mijn vertrouwde omgeving.

Na de middelbare school ging ik het onderwijs in. Ik ben met een veehouder getrouwd en we hebben drie kinderen gekregen. Toen we met de boerderij zijn gestopt, hebben we de stal omgebouwd tot een kinderdagverblijf. In het dorp hebben we een tweede kinderdagverblijf laten bouwen en een buitenschoolse opvang.

### Scheiding

In 2004 ben ik gescheiden. Ik heb er voor gekozen mijn vertrouwde omgeving te verlaten. Gelukkig zijn mijn kinderen met mij meegegaan. We zijn van Noord-Holland naar het mooie Twente verhuisd. Toen mijn kinderen uit huis waren, kwam ik eindelijk aan mijzelf toe.

Ik wilde zo graag leven, maar het lukte niet. Ik begreep er niets van. Er was iets wat mij tegenhield, maar ik begreep niet wat. Ik ben veel boeken gaan lezen over spiritualiteit. In deze wereld voelde ik mij thuis. Het was mijn wereld. De wereld

van het hogere bewustzijn. De wereld van de onvoorwaardelijke liefde. Ik wilde daar blijven waar ik mijzelf mocht zijn.

Gelukkig heb ik altijd mijn gezonde verstand bewaard. Ik vluchtte vaak naar 'boven', maar ik wist pertinent zeker dat ik niet gek was. Ik wilde weg uit Nederland en ik ben naar Frankrijk vertrokken.

Het gevoel van eenzaamheid bleef en na vier maanden ging ik terug naar Nederland. Eindelijk begreep ik dat ik het zonder professionele hulp niet zou redden. Ik kreeg paniekaanvallen en ik wist niet meer wie ik was. Als ik alleen was wist ik het wel, maar ik voelde mij niet meer thuis in de buitenwereld; de wereld die mij niet begreep.

### Niet gek!

Ik besef dat ik veel geluk heb gehad. Ik ontmoette een psychotherapeut die mij direct begreep. Het was 2008, een jaar nadat Pim van Lommel zijn boek over het *Eindeloos Bewustzijn* had uitgegeven. Mijn psycho-therapeut raadde mij aan dit boek te lezen. Ik had nog nooit van een BDE gehoord, maar toen ik het boek las wist ik dat ik niet gek was en dat mijn gevoel goed was. Dit stelde mij enorm gerust.

Echter, mijn angstaanvallen bleven en ook mijn gevoel van vervreemding. Ik voelde mij een buitenstaander. Ik was bang voor mijn angstaanvallen en ik wilde vluchten om weg te zijn van deze hel. Tijdens de therapie leerde ik deze angstgevoelens te verwelkomen, omdat ik deze gevoelens nodig had voor mijn verwerking. In deze periode werd ik geconfronteerd met mijn vorige leven, de jongen die in het verzet zat. Ik voelde zijn doodsangst. Het was ook mijn onverwerkte verdriet en boosheid uit mijn jeugd. Het liep als het ware in elkaar over. Stapje voor stapje werd dit verdriet minder en begon het te vervagen. Tegelijkertijd begon ik weer van het leven te houden.

### Glimp van de hemel

Ik ben dankbaar dat ik een glimp van de hemel heb mogen zien. Dankbaar dat ik een BDE heb gehad, en dat onbeschrijflijke gevoel van onvoorwaardelijke liefde. Dat gevoel heeft mij de liefde en de kracht gegeven om het trauma uit mijn jeugd te verwerken.

Ik werd donateur van Stichting Merkawah, omdat ik bevestiging nodig had. Bevestiging dat ik niet de enige ben. Mijn hele leven ben ik zoekende geweest naar dat onbestemde gevoel in mij. Dat gevoel van ontheemd zijn. Nu ik antwoord op mijn vragen heb gekregen, hoop ik mijn steentje bij te kunnen dragen aan een betere wereld.

Vorig jaar heb ik mijn gevoelens op papier gezet. Ik heb mijn gevoelens verwoord in kleine gedichten die de essentie raken. Ik ben mij bewust van het eindeloze gevoel van de onvoorwaardelijke liefde. Het gevoel van innerlijke rust. Het gevoel dat het goed is. Uiteindelijk draait alles in het leven om de liefde.

Mw R.B.

*Noot van de redactie - op ons verzoek heeft Mw RB nog wat verduidelijkingen gestuurd:*

Voor mij is de BDE een totale beleving. Het is niet een moment-opname geweest, maar het is met mijn leven verweven. Alleen wist ik niet dat dit gevoel bij een BDE hoort, omdat ik er mee ben geboren. Het is denk ik ook de tegenstrijdigheid in mijn verhaal ... aan de ene kant de mishandeling en aan de andere kant het gevoel van onvoorwaardelijke liefde. Maar het gevoel van liefde overheerst en de negativiteit heb ik weggestopt. Totdat ik drie jaar geleden met mijn neus op de feiten werd gedrukt en mijn verleden onder ogen moest zien.

Die glimp van de hemel is een gevoel dat ik altijd bij mij draag. Ik herhaal: *het is het innerlijke weten*. Ik voel een verbondenheid met de andere wereld. Als kind was mijn gevoel al heel sterk ontwikkeld, maar dat vond ik normaal. Ik 'schakel' heel gemakkelijk. Van het ene op het andere moment verplaats ik mij naar de andere wereld. Op zo'n moment zie ik die glimp uit de hemel. Het is alleen geen kijken met mijn ogen, maar kijken met mijn ziel. Het is ook het gevoel van heimwee naar die liefdevolle wereld. Maar ik weet nu dat ik verbonden ben met die wereld en dat ik hulp kan vragen als dat nodig is.

Die andere wereld is een wereld van gevoel. Ik heb er geen beelden bij, maar als ik een schilderij van een BDE zie, dan ben ik direct in die wereld. Op die manier heb ik mijn gedichten geschreven, ook dan ben ik verbonden met die glimp.

Ik weet dat ik een BDE heb gehad van mijn vorige leven, omdat ik boven mijn lichaam hing. Ik ben 10 jaar na de oorlog geboren en de ziel van mijn vorige leven is nooit overgegaan.

Pim van Lommel zei dat wat ik heb meegemaakt identiek is aan een BDE. Het is een doodservaring uit een vorig leven.

Ik ben altijd gevoelsmatig bang geweest voor Duitsers, terwijl ik met mijn verstand beter weet. Angst voor zwarte glimmende laarzen, angst voor harde geluiden (dan krijg ik de neiging om ergens onder te duiken), angst voor verstikking. Nu weet ik waar deze angst vandaan komt. Toen ik in mijn rug werd geschoten er voorover viel, zag ik zwarte glimmende laarzen. Daarom denk ik dat ik met een BDE ben geboren. Het is de BDE van mijn vorige leven en het/hij leeft in mij voort. Zoals mijn psycho-therapeut zegt: "Die jongen wil weer mee doen."

Ik ben in mijn verhaal niet uitgebreid op de details ingegaan, omdat ik de samenhang wil laten zien. Dat we allemaal een onderdeel zijn van het grote geheel. Ik voel mij bevoorrecht, omdat ik mij mijn vorige leven herinner en ook het leven na mijn leven. Maar ik leef nu op aarde en dat is niet voor niets.

Daarom is het ook zo belangrijk dat BDE'ers leren omgaan met dit gevoel. Ik heb het in wezen gemakkelijk, omdat ik met dit gevoel geboren ben. Deze onmacht voelde ik ook bij de Merkawah-ontmoetingsdag van 7 mei 2011. Daarom is hulpverlening zo ontzettend belangrijk.

Waarom krijgen mensen een BDE? Een BDE is geen stoornis, maar een verrijking in je leven. Het is de kunst om deze ervaring in het dagelijkse leven te verweven.

\* \* \*