

Onbewezen, onverklaard, echt!

Jim van der Heijden

“Ik heb een ervaring gehad die ik niet kan bewijzen. Ik kan haar niet eens verklaren, maar alles wat ik als mens weet, alles wat ik ben, zegt me dat die echt was. Ik maakte deel uit van iets heerlijks, iets dat me voor altijd heeft veranderd, een visioen van het universum dat ons onweerlegbaar zegt hoe klein en onbetekenend en hoe zeldzaam en kostbaar we allemaal zijn. Een visioen dat ons zegt dat we behoren bij iets dat groter is dan wijzelf. Dat wij niet alléén zijn, dat niemand van ons alleen is.”

*Uit: “Contact” (C. Sagan), geciteerd in
“Waarom God niet verdwijnt” (A. Newberg e.a.)*

Ervaringen waar je niet van kunt aantonen dat je ze hebt gehad en die je ook niet kunt verklaren. Je vraagt er niet om, het overkomt je gewoon. Vanzelfsprekend is de kans dat je zoiets hebt meegemaakt groter naarmate je langer op deze aardkloot rondloopt, maar je kunt zulke ervaringen ook op jonge leeftijd hebben gehad. En dan houd je die mogelijk jarenlang voor je. Immers, als je erg jong bent heb je de woorden nog niet tot je beschikking waarmee je kunt beschrijven wat je overkwam, daarna wil je simpelweg niet voor idioot worden versleten en vervolgens kom je in de fase dat je een toekomst op wilt bouwen en daar geen zaken bij kunt gebruiken waardoor je minder serieus genomen zou kunnen worden. Dus sla je wat je niet kwijt kunt zorgvuldig op in een kluis diep in je geheugen. Daar haal je het af en toe uit om jezelf ervan te overtuigen dat het nog net zo is als toen het erin ging en je gaat door met je leven. Zo ging ik er in ieder geval mee om.

Als je dan veel later de inhoud definitief uit de kluis haalt is het als met erfstukken die je nu, na ze jarenlang zorgvuldig te hebben bewaard zonder goed te weten wat je ermee aan moet, aan andere blikken prijsgeeft. De één zal ze waarderen en de ander zal het kitsch vinden.

Het is mij om het even.



Jim van der Heijden

Oudgrieks

Ik ben een jaar of acht. We wonen in een oud herenhuis. Vanuit de gang zie ik dat de deuren tussen de slaapkamer van mijn ouders en de aangrenzende serre open staan waardoor het grote bed in de middagzon baadt. Ik geef toe aan de drang om daar te gaan liggen.

Ik ben nu een volwassen man die het kind niet kent dat even tevoren ging liggen waar ik nu lig. Ik draag een wit gewaad, en lig, half op mijn zij en steunend op mijn elleboog, op een houten of stenen bank. Er staat een vrouw met kort blond golvend haar in eenzelfde gewaad tegenover me. Ik voel een innige band met haar. Niet zoals een kind voelt, maar zoals volwassen mensen voelen die elkaar door en door kennen. We praten. In mijn herinnering zal blijven dat het gesprek eindigt met haar: “Je moet terug. Je plaats is nu daar. Wij zien elkaar later weer”. Ik weet dat “later” niet op dit leven slaat. Ik sta op, volkomen wakker en helder en voel me intens gelukkig en euforisch. Op de gang kom ik mijn moeder tegen. Ze zegt: “Goh, wat kijk jij vrolijk”. Ik loop snel voorbij. Ik kan gevoelens die ik niet begrijp en waar ik een superieure blijheid door voel niet uitleggen.

Veel later pas kon ik het “volwassen” gevoel plaatsen dat een kind niet kent, herkende ik het gewaad als een tunica en plaatste ik het tafereel natuurlijk als Oudromeins of -grieks. Het bijzondere was echter de echtheid. In een droom kunnen gebeurtenissen nog zo werkelijk lijken, zodra je wakker bent weet je, nog slaperig, direct en zonder enige twijfel dat je droomde. Zo vergaat het mij tenminste bij de enkele keer dat ik me herinner dat ik gedroomd heb. Vanaf het begin, dus ook als we kind zijn, maken we feilloos onderscheid tussen een echt lijkende droom en de werkelijkheid. Het van kind naar Oudgriekse volwassene gaan en weer terug was echter als bij vol bewustzijn van de ene kamer de andere kamer in- en uitlopen.

Scheiding

Van dezelfde orde is een herinnering die geen herinnering kan zijn. Toch is het gewoon een herinnering, al zolang ik me kan herinneren.

Een koor van stralende lichten als een dichte groep sterren aan een nachtelijke hemel. Geen lichamen, geen substantie, enkel geest. Geen scheiding, wel vertrouwde, innige verbondenheid. Geen ik, geen ego. Notie van een zelf dat als een vinger van een hand behoort tot het zelf van het koor. Oneindig veel koren waarvan de lichten bewegen in de specifieke trillingen van ieder koor. Bundelingen van geestkracht, gericht op aardse zelden die ooit deel waren van een koor en dat later weer zullen zijn, gaan vergezeld van ijle muziek die de lichten pleziert en maakt dat ze zich nog intenser en harmonieuzer van hun taak kwijten.

Het ik ontstaat als ik uit het koor word geroepen naar een soort raad van wijzen. Er wordt mij voorgehouden dat het voor mijn groei nodig is om een aards leven te gaan leiden, wat me ontzettend tegenstaat. Er is geen dwang, maar ik besef dat ik dingen moet leren die ik eerder niet heb kunnen ervaren. De grote

lijn van het leven dat ik ga leiden en de invulling van de andere rollen worden me getoond. Ik ben ontzet over de omstandigheden, de anderen (ik ken er uit eerdere situaties in een andere rol) en de duur (ik roep vertwijfeld “en zo lang!”). Er wordt mij gezegd dat dit nodig is om te leren wat ik moet leren en, ter vertroosting, dat het in dit leven gaandeweg beter zal worden.

Midwinterhoorn

Het was in de lente van 1964, kort na mijn negentiende verjaardag. Ik woonde in Den Haag en werkte in Delft. Daar volgde ik ook een avondopleiding. Op een middag kreeg ik op mijn werk last van misselijkheid, buikpijn en een hol gevoel in mijn maagstreek. Ik werd steeds beroerder en zag er niet veel in om tot vijf uur te blijven en dan naar huis te fietsen. Daarom vroeg ik een collega die een scooter had om me naar huis te brengen. Achterop gezeten in het lentezonnetje en met een fris briesje langs mijn gezicht kikkerde ik op en thuisgekomen was er niets meer aan de hand.

In de loop van de avond kwamen de verschijnselen echter terug en werden ze steeds heviger. Mijn moeder is die avond en nacht vaak naar de telefooncel op de hoek van de straat gelopen om onze huisarts te vragen om te komen. Die vond dat niet nodig. Zonder mij te hebben gezien stelde hij in het eerste gesprek vast dat het een “koliekje” betrof dat ze met warme doeken diende te bestrijden en bleef de volgende keren bij die diagnose.

Die nacht heb ik helse pijnen geleden. Tegen de ochtend was ik uitgeput, ik vocht niet meer tegen de pijn en wat er met me gebeurde. Om acht uur belde de dokter aan, fluitend en met zijn hondje bij zich. Na het zoveelste verzoek kwam hij toch maar even kijken. Zijn schrik kon hij niet verbergen. Hij had een acute appendicitis niet onderkend, die met warme doeken laten uitbroeden tot een buikvliesontsteking en de patiënt was nu in levensgevaar. Een ambulance was er snel en een uur later lag ik op een operatietafel van het ziekenhuis Zuidwal in Den Haag.

Dat ziekenhuis is jaren geleden afgebroken en was voor die tijd al behoorlijk verouderd. De patiënten lagen er op grote ziekenzalen waar enkele kamers aan grensden die bedoeld waren voor de ernstige gevallen en de stervenden.

In de eerste week lag ik, me nauwelijks van mijn omgeving bewust, in zo'n kamer. Ik pendelde tussen niets en een wereld die bestond uit een witte mist. Het niets had de overhand. Tijdens de korte momenten dat ik min of meer bij kennis was leek wat er om mij heen gebeurde heel ver weg te zijn. De flarden van ziekenhuisgeluiden, lopen op de gang, geratel van karretjes en brancards, een verpleegster die binnenkwam om een infuusfles te wisselen. Ik had er geen contact mee en stelde er ook geen belang in.

Een andere realiteit was veel sterker aanwezig. In het begin bleef iemand in mijn buurt in de witte mist om mij heen, een schim die ik maar niet kon thuisbrengen. Op een gegeven moment was de schim verdwenen. Nu steeg ik op van mijn bed. Ik zweefde er een eindje boven en vibreerde en schommelde een beetje, van links naar rechts en van achteren naar voren. Dan lag ik weer op mijn matras en vervolgens herhaalde het zweven zich weer. Het was niet onaangenaam en ik vond het jammer dat ik het niet kon beïnvloeden.

Mijn kamergenoot was stervende. Hij was vlak naast me, maar zijn schreeuwen en jammeren bereikten me nauwelijks. De verpleging en zijn familie hadden ruimte nodig en ik werd naar de zaal verplaatst. Men had mij overal heen kunnen brengen zonder dat ik dat zou hebben gemerkt, dus ook niet dat er nu veel patiënten om mij heen lagen.

Zoals de schim ineens verdwenen was, zo eindigde nu het zweven. Daar kwam iets voor in de plaats dat beangstigend was. Het matras onder mij loste als het ware plotseling op en ik viel in een donkere ruimte. Er was geen bodem onder me en er dreigde een val zonder einde in de duisternis, maar net zo plotseling was ik weer terug in mijn bed. Het zweven had ik over me laten komen, aangenaam als het was, maar tegen dit vallen wilde ik me verzetten. Dat lukte echter niet en het herhaalde zich keer op keer.

Na een aantal keren vallen en weer terugkomen viel ik uiteindelijk door. Ik viel met grote snelheid in een duistere tunnel. Ik probeerde mij aan de wand vast te grijpen. Die was ruw en zwart, zo zou ik me een mijnschacht hebben voorgesteld, maar ik kon zien dat er onder handbereik uitsteeksels waren. Die probeerde ik te grijpen, maar ik klauwde in het niets, alsof de uitsteeksels verder waren dan ik had ingeschat. Daar schrok ik van, als ik niet op mijn coördinatie en reflexen kon vertrouwen zag het er niet best uit. Ik was nu zo diep gevallen dat boven mij geen licht meer was te zien. De uitsteeksels werden monsterlijke gezichten. Ik raakte niet in paniek, maar mijn angst werd beklemmender naarmate ik verder viel.

Plotseling merkte ik dat er ver onder mij een klein licht was, dat groter werd naarmate ik verder, dus dieper, viel. Hoe groter het licht werd hoe kleiner mijn angst werd. Die was helemaal verdwenen toen het vallen stopte en ik in de opening van een grot aan het einde van de tunnel stond. Ik keek omhoog en zag dat waardoor ik gevallen was als het ware de vorm van een midwinterhoorn had, een lange hals waardoor ik was gekomen en een brede monding waarin ik nu stond. De uitsteeksels aan de wanden waren verdwenen. Het zag er nu een stuk vriendelijker uit en ver boven me was een zwak licht vanwaar ik was gekomen.

Nu zag ik ook waar het licht vandaan kwam dat ik onder mij in de tunnel had gezien. Dat was het heldere licht waarin het prachtige, groene, glooiende landschap lag waar ik nu vanuit de mond van de grot over uitkeek. Dat licht kwam niet uit één punt maar was diffuus, overal even sterk waar ik ook keek. Hier was geen zon en wel een prachtig licht. Heel in de verte zag ik een soort bebouwing. Voor mij lag een pad dat van de grot het landschap in voerde.

Toen ik daar zo stond te kijken wist ik op slag dat het goed was. Ik verlangde ernaar om bij deze wereld te horen waarin ik me beschermd voelde en die rust bracht. Ik wist dat ik hier hoorde en dat er hier op mij werd gewacht. Ik maakte aanstalten om over het pad dit fantastische landschap in te gaan en de tunnel achter mij te laten.

In de verte zag ik langs het pad een groepje gestalten mijn richting uitkomen. Ik had nog maar net de grot verlaten en ze stonden al voor me. Ze droegen een soort grijze pijen waarvan de capuchons ver over hun gezichten vielen waardoor ik hun

Het was een vrouw van een jaar of dertig met een vriendelijk “wetend” gezicht. Ze zei: “Ik ben je overgrootmoeder. Je wilt hier blijven, maar je moet terug jongen. Het is je tijd nog niet”

trekken niet kon zien. Eén van hen kwam uit het groepje naar voren en schoof, dicht bij mij gekomen, de capuchon terug. Het was een vrouw van een jaar of dertig met een vriendelijk “wetend” gezicht. Ze zei: “Ik ben je overgrootmoeder. Je wilt hier blijven, maar je moet terug jongen. Het is je tijd nog niet”. Direct werd ik met grote snelheid terug de tunnel ingezogen. Nu was er geen angst en even later lag ik weer op mijn bed, ziek, zwak en met spijt dat ik terug was.

Een paar dagen later was mijn situatie nog steeds slecht, bezoek en omgeving herkende ik slechts bij vlaggen. Het was in het middagslaapruimte dat ik me plotseling in een hoek pal tegen het plafond bevond vanwaar ik de zaal met slapende en snurkende mannen bekeek. Ik zag alles helder en duidelijk en kon inzoomen op iedere persoon afzonderlijk. Het leek heel gewoon om vanuit die positie te kijken. Na zo een tijdje de zaal te hebben overzien was ik weer terug in mijn bed.

Achteraf vond ik het vreemdst aan alles dat mijn bewustzijn in de “normale werkelijkheid” nauwelijks aanwezig was en ik in “het andere” alles scherp en helder had waargenomen. Ik heb me toen ook geen moment gerealiseerd dat ik zou kunnen sterven. Mijn omgeving had dat wel. Tien dagen na mijn opname vertelde de behandelend chirurg aan mijn familie dat ik nu eindelijk buiten levensgevaar was. Ik was nog een tijd zwak en werd pas na een maand uit het ziekenhuis ontslagen.

Daarna duurde het nog enkele maanden voordat ik voor halve dagen aan het werk mocht gaan. Het lopende studiejaar was naar de maan en ik zou mijn studie niet kunnen afronden voordat ik het jaar daarop in militaire dienst zou gaan. Niet dat die zaken me de eerste tijd interesseerden. De normale werkelijkheid was weggedrukt door dat andere, dat veel reëler had geleken en dat misschien ook was. Daarover vertellen deed ik echter niet. Ik had nooit van zulke ervaringen gehoord, misschien had ik alleen maar intens gedroomd, en verwachtte er geen begrip voor. Wat ik wel deed was alles gedetailleerd in mijn geheugen opslaan.

Jaren later las ik in een krant een artikel over het fenomeen dat ik had meegemaakt. Anderen bleken hetzelfde te hebben ervaren als ik indertijd. Dat was een opluchting voor me, kennelijk was het niet iets abnormaals. Een paar mensen in mijn omgeving zou ik er nu over vertellen.

Ik had er sterk het gevoel aan overgehouden dat ik wat van mijn leven moest maken. Mijn rationele instelling – ik deed toen chemisch-fysisch onderzoek – werd in militaire dienst nog versterkt en liet geen ruimte om hier lang mee bezig blijven. Ik borg het zorgvuldig op en richtte me op studie, carrière en gezin. Die slokten in de jaren die volgden al mijn aandacht op.

Vervolg

Vijfendertig jaar later was er een vervolg.

Mijn moeder was ongeneeslijk ziek. Op zelfstandig wonen volgde ziekenhuisopname en vervolgens een kamer in een verpleeghuis die ze deelde met vijf anderen waar geen gesprek mee was te voeren. Ze weigerde te aanvaarden dat haar einde snel naderde. “Ik wil wel zo snel mogelijk weer op mijzelf wonen”, “Als ik op vakantie ga kikker ik daar genoeg van op om weer een tijdje vooruit te kunnen”, “Als ik het nog een paar maanden uithoud dan kan ik nog meemaken.”, “Voor

hetzelfde geld heb ik nog een paar jaar”. En vervolgens stelde ze zich weer een nieuw doel, liefst op nog langere termijn.

Uiteindelijk besepte ze dat ze het onafwendbare niet zou kunnen ontlopen en gingen de gedachte dat ze haar kinderen nooit meer zou zien en de vraag wat er na het leven zou zijn haar bezighouden. Iets wat ze altijd ver van zich had gehouden. Nu sprak ze met de pastor van het verpleeghuis en had ze ’s nachts lange gesprekken met een gelovige nachtverpleegster.

Ooit had ik haar over mijn ervaring van 35 jaar tevoren verteld, maar dat was al lang geleden en iets in me zei dat ik het haar nu nog eens moest vertellen. Ik twijfelde een aantal dagen, de kans dat ze zou reageren met “wat een onzin” of “wil je me soms dood hebben” was zeker aanwezig. Maar toen ik op een zaterdagmiddag bij haar op bezoek ging wist ik dat ik het niet langer moest uitstellen. Ze vertelde dat ze die ochtend wakker was geworden met het sterke verlangen

mij te zien en dat ze zich al die tijd al onrustig voelde. Ik vertelde mijn verhaal waar ik de onplezierige zaken uit wegliefte. Ze zei: “Dit wilde ik horen. Nu voel ik me rustig. Daarvoor moest je komen.” En: “Je bent bevoorrecht dit te hebben ervaren.” Het was de laatste keer dat ik haar levend zag. Wat mijn ervaring ook had veroorzaakt, een blik op een andere werkelijkheid of de beelden die een ziek lichaam de hersenen laat creëren, 35 jaar later heb ik daar mijn stervende moeder rust en wat vertrouwen mee kunnen geven.

Just in time

De dag voor de begrafenis was ik thuis aan het overdenken wat ik tijdens de uitvaartplechtigheid zou gaan zeggen. Om ons te ontlasten had mijn moeder de verpleeghuispastor gevraagd om iets te doen. Enerzijds dienden we dat te respecteren, anderzijds vond ik dat we als kinderen de ceremonie in eigen handen moesten houden en niet moesten overlaten aan een vertegenwoordiger van iets waar niemand van ons zich ooit eerder mee had bezig gehouden. De pastor was een sympathieke kerel die best met ons wilde afspreken wat zijn rol zou zijn. Dus nu had ik mezelf opgehadeld met de leiding en, omdat ik niets van een papiertje wilde oplezen, probeerde ik in gedachten mijn teksten voor de verschillende momenten compleet te krijgen. Er ontbrak nog iets en het lukte me maar niet om dat wat miste voor ogen te krijgen. Ik was op het punt aangeland dat ik het bijna jammer begon te vinden dat ik nooit aan spiritualiteit of religie was toegekomen. Mensen die zich daar wel mee bezighouden weten immers bij zulke gelegenheden moeiteloos de juiste woorden te zeggen. Ik liep door de woonkamer te ijsberen toen ik de brievenbus hoorde. Post. Een welkome onderbreking want ik kwam toch niet verder. Het bleek een mij onbekend christelijk opwekkingsblaadje te zijn dat ik daarna ook niet meer heb ontvangen. In plaats van het rechtstreeks in de klike te deponeren, de normale weg voor dat soort “reclame”, sloeg ik het open. Het eerste waar mijn oog op viel was de tekst van Prediker 12:7, die zegt dat je levensadem teruggaat naar God en je lichaam teruggaat naar de aarde. Precies wat ik miste in het verhaal dat ik in mijn hoofd had en zelf niet zou hebben gevonden.

Het eerste waar mijn oog op viel was de tekst van Prediker 12:7, die zegt dat je levensadem teruggaat naar God en je lichaam teruggaat naar de aarde.

Onbewezen, onverklaard, echt

Een paar jaar daarna ging ik met pensioen. Met een rationele aanleg en werkend in een technisch-wetenschappelijke omgeving was het niet vreemd dat mijn denkbeelden over het leven en de zin daarvan ook altijd strikt rationeel en materialistisch waren geweest. Maar nu was er gelegenheid om ook te gaan proeven aan allerlei andere kennisgebieden en opvattingen. In mijn al snel weer vollopende agenda hield ik daar flink ruimte voor.

En zo ging ik me verdiepen in filosofie, psychologie, religie, etc., las boeken en volgde cursussen. De O.U., het HOVO, de bibliotheken en de boekhandel hebben nog steeds een goede klant aan me en wat ik daar niet vind brengt het internet mij wel.

Het heeft in ieder geval opgeleverd dat mijn blik is verbreed en ik de stelling dat ieder antwoord meer nieuwe vragen opwerpt kan bevestigen.

Natuurlijk heb ik geprobeerd om de nieuw verworven inzichten ook te benutten om de hierboven beschreven ervaringen te verklaren. Echter, veel meer dan er nu termen bij kunnen plaatsen als regressie, bde en synchroniciteit heeft dit niet opgeleverd. En dat hoeft ook niet. Van alles wat in mijn leven voorbij is gekomen vormen deze ervaringen een zeer klein, maar bijzonder, deel. Misschien waren het momenten waarin even een andere werkelijkheid zichtbaar werd. Misschien waren het losse schakels die niets verbinden en onder de omstandigheden van het moment door neuronen werden geproduceerd zonder iets te representeren. Het blijven onbewezen en onverklaarde fenomenen die voor mij echt zijn.

* * *
*

Opmerking van de redactie

Het voorgaande verhaal vormde het begin van een zeer productieve samenwerking tussen het tijdschrift Terugkeer en de heer Jim van der Heyden. Een en ander resulteerde in een groot aantal artikelen en twee boeken:

*Onvergankelijk - de bijna-doodervaring,
Venster op het licht van Non-Lokaal Bewustzijn;
de visie van een ervaringsdeskundige.*
Uitgave van Elmar in 2008

*Het kleine Bijna-bij-de-dood boekje,
Fragmenten uit de praktijk*
Uitgave van Elmar in 2010