

Sterfbedvisioenen: niet alledaags, maar wel veel voorkomend

Annet Brouwer

Studies zeggen het keer op keer: uitzonderlijke ervaringen als een NDE, contact met overleden dierbaren, sterfbedvisioenen, voerspellende dromen en een buitenlichamelijke ervaring komen onder de ‘gewone’ bevolking frequent voor. Deze ervaringen blijven echter vaak onbesproken en worden zelfs niet met de partner of de allerbeste vriend gedeeld. Soms omdat het gebeurde niet strookt met iemands mens- en wereldbeeld en de ervarder zelf eerst enige tijd nodig heeft voor innerlijke overdenking en integratie in zijn leven(sbeschouwing).



van sterfbedvisioenen, waarbij de stervende overleden dierbaren ziet en vol verwondering, verrukking en liefde tegen hen praat. In deze visioenen is het voor de stervende duidelijk dat zij door hun dierbaren naar gene zijde worden begeleid en hen aldaar een warm welkom wacht. Volgens Yvonne is er een duidelijk verschil tussen een *delier* en de waarneming van overleden dierbaren. Haar indruk is dat dit laatste voor zeker 90 procent van die mensen rustgevend is.

Schroom

Soms is er schroom om over het gebeurde te praten, omdat men bang is om voor gek verklaard te worden en dat de bijzondere ervaring wordt plat geslagen of weggezet als verzinsel. Terwijl het voor de ervarder een unieke, uitzonderlijke ervaring kan zijn met veel impact. Het kan zelfs een katalysator voor spirituele ontwikkeling en transformatie zijn. De ervaring leert ook dat wanneer men een goede toehoorder treft, het verrijkend en helend kan zijn om over de bijzondere ervaring te vertellen. Dat gebeurde mij laatst.

Ik was eind vorig jaar docent van de vijfdaagse cursus *Therapeutic Touch*. Op de vierde cursusdag demonstreerde ik de wijze waarop je *Therapeutic Touch* in de palliatieve zorg kunt inzetten, wanneer iemand op bed ligt en terminaal is. Terwijl ik dat deed, werd een van de cursisten emotioneel. Na de demonstratie wilde zij graag met de cursusgroep delen wat er met haar gebeurde. “Ik had net een flashback. Jaren geleden zat ik aan het sterfbed van mijn man. Ik zat aan de linkerkant van zijn bed en had zijn linkerhand met mijn beide handen omsloten, precies zoals Annet het in de demonstratie liet zien. Mijn man en ik spraken niet, alles was al gezegd. Het voelde alsof er enkel de liefde was. Op enig moment zag ik ‘iets van licht’ uit zijn lichaam komen en in de kamer hing een groots vredig gevoel. Op dat moment wist ik: je bent vertrokken naar je volgende bestemming. Natuurlijk was ik op dat moment erg verdrietig, maar het was tegelijkertijd ook zo mooi wat ik zag en voelde!”

Iets bijzonders

Tijdens haar verhaal waren meerdere cursisten op het puntje van hun stoel gaan zitten en was duidelijk dat ook zij iets bijzonders hadden meegemaakt. Yvette, werkzaam als verpleegkundige in een hospice, nam het stokje over. Zij vertelde in haar carrière meermaals getuige te zijn geweest

Herkenbaar

Dit was heel herkenbaar voor Veronique, eveneens werkzaam als verpleegkundige in een hospice en ook aanwezig geweest bij meerdere sterfbedvisioenen. Zo zei iemand eens tegen zijn familie, na een visioen: “Maak je maar geen zorgen over mij. Ik ga naar een plek waar het heel mooi is”. Behalve op het werk, had Veronique ook in de privésfeer iets meegemaakt, wat ze graag wilde delen. “Mijn schoonmoeder was stervende. Ze kon al een week niet meer spreken en zakte steeds verder weg. Op enig moment echter, opende ze haar ogen en ratelde ze wel dertig minuten over wie ze zojuist had gezien (te weten: overleden familieleden en vrienden) en wat ze van welke overledene tegen wie moest zeggen. Dat vond ik echt bijzonder, want daarvoor was ze amper aanspreekbaar en kon ze niet meer praten en nu oogde ze zo helder als wat en vertelde ze heel coherent. Toen ze klaar was, sloot ze haar ogen en is ze een paar uur later vredig ingeslapen.”

Postuum contact

Vervolgens maakte een cursist een bruggetje naar het ervaren van postuum contact met overleden dierbaren en de tekens van voortleven die via klokken, verlichting, vlinders e.d. worden gegeven. Moniek vertelde: “Onze dochter is op 23 jarige leeftijd overleden, nu alweer ruim elf jaar geleden. Het gemis is enorm en ieder jaar weer is haar sterfmaand een vreselijk moeilijke, beladen, maand. Maar mijn man en ik hebben ook zoveel tekens ontvangen! En nog steeds. Dat bewijst dat ze om ons heen is.”

Daar wilde Saskia graag op aanhaken. Acht jaar na het overlijden van haar man ontmoette ze haar huidige partner. Vorig jaar wilden beiden een volgende stap in hun relatie zetten en besloten ze tot geregistreerd partnerschap. Saskia had al die jaren een goede band met haar schoonmoeder gehouden en vond het dan ook belangrijk om haar

dit nieuws te vertellen. Haar schoonmoeder was ontzettend blij voor hen en vroeg zich vervolgens nieuwsgierig af: “Wat zou Tim er van vinden?” Het antwoord kwam een paar minuten later. Op de radio klonk ‘zomaar opeens’ het nummer *One*, hun trouwlied. Voor Sandra was dit een overduidelijk: “Okay”!

Uiteindelijk bleek bijna iedereen in de cursusgroep (bestaande uit elf deelnemers) bijzondere ervaringen te hebben; hetzij in het werk, hetzij privé of beide. Voor de één een bron van kracht, steun en verzachting van verdriet. Voor de ander een gevoel van verbinding met ‘het grotere geheel’ en de opening naar de mogelijkheid van een voortleven. De deling van ervaringen voelde als (h)erkenning, wat heel fijn was en tevens een diepe verbondenheid gaf.

We concludeerden: het zijn bijzondere, niet alledaagse ervaringen, maar tevens veelvoorkomend en eigenlijk dus doodgewoon.

Annet Brouwer heeft een praktijk in coaching en healing in Zaltbommel. Ze is freelance docent bij het Van Praag Instituut voor de cursus Therapeutic Touch. Ze is auteur van *Een gift uit Avalon – over contact met overleden dierbaren*, gebaseerd op verhalen van ruim 150 nabestaanden die tekens van overleden dierbaren hebben ontvangen.



SBN 9789083361581
 Uitgeverij VrouwEnWijsheid
 Jaar van uitgifte 2025
 Aantal pagina's 313
 Prijs € 23,95