

Café Doodgewoon, 28-01-2025



Thema: Levensende- en bijna dood ervaringen.

[Flyer](#)

Opening

Avondvoorzitter Ton Jacobs heette iedereen welkom en vertelde als mededeling dat de werkgroep van café Doodgewoon een verandering heeft ondergaan: Henny de Ronde wordt vervangen door Willy Nijmeyer en Therese Wiebinga volgt Hetty van Veen op.

Vervolgens krijgt Manon Lodders het woord. Manon is palliatieve zorg verpleegkundige, coach en trainer. Ook is ze verpleegkundige in de wijk. Manon nam ons mee in de wereld van levensende ervaringen (LEE) en bijna dood ervaringen (BDE).

Introductie van het thema

Het grote verschil tussen beide ervaringen is dat bij levensende ervaringen de stervende persoon daadwerkelijk sterft en mensen die een bijna doodservaring hebben weer terugkeren in het fysieke bestaan.

Bij beide ervaringen spreken we van een verruimd bewustzijn, buiten de hersenen.

Overall is energie aanwezig, buiten het brein om. Er is geen wetenschappelijk bewijs dat het bewustzijn een product is van de hersenen. Deze dient opnieuw ter discussie te worden gesteld.

Deze geestelijke ervaringen worden wereldwijd ervaren. Binnen bepaalde religies/ gemeenschappen zijn deze ervaringen de normaalste zaak van de wereld; is het onderdeel van het sterven. In onze westerse wereld is een veranderende tendens te zien in erkenning van het verruimde bewustzijn. Binnen de postmaterialistische wetenschap hebben gevoel en subjectieve ervaringen meer plek.

Levensende ervaringen

We weten dat de stervende vaak licht ziet, liefde ervaart, engelen, huisdieren of dierbaren terugziet of landschappen aan zich voorbij ziet komen. Het lichaam laat los maar de geest is nog helder en laat nog niet los. Het is een overgangsgebied tussen waak- en verruimd bewustzijn. Sterven kan een zeer diepe verruimende, betekenisvolle ervaring zijn.

We noemen dit een transformerende ervaring. Onderzoek wijst uit dat mensen met deze ervaringen rustiger lijken te sterven. Je merkt dan aan stervende dat ze rustig worden. De mensen die nabij zijn zien niet welke ervaringen er zijn, maar zien vaak wel rust of een glimlach. De stervende vertelt soms zelf wat hij/zij ziet als daar nog de kracht voor is.

Soms ervaart iemand van de aanwezigen hetzelfde als de stervende, dit noemen we een gedeelde doodservaring. De aanwezige wordt meegenomen in het verruimde bewustzijn.

Bij mensen die dementerend zijn kan er in dit stadium weer helderheid zijn, terminale helderheid: de naasten kunnen bijvoorbeeld verrassenderwijs weer aangesproken worden met hun naam.

Begeleiding van de stervende die een levenseinde ervaring lijkt te hebben:

In de laatste fase kun je aan de zieke vragen “Wat houdt je bezig? Volgens Manon de gouden vraag. “Hoe voelt het? Maakt het angstig of niet?”

Ensterven mag tijd kosten, het innerlijke transformatieproces heeft tijd nodig.

Bijna- dood ervaringen (BDE) of ook wel Nabij de Dood ervaring (NDE)

De BDE is een ervaring in een veranderende bewustzijnsstaat van een persoon die klinisch dood is. Volgens cardioloog en auteur [Pim van Lommel](#) is het einde van het lichaam niet het einde van het bewustzijn. Na deze ervaring komt iemand weer terug in de fysieke wereld.

De BDE's zijn bijna altijd compleet en soms incompleet.

Bij een complete BDE zien personen veelal een onvoorwaardelijke, eindeloze ruimte van liefde en vrede en die personen hebben nadien geen angst meer voor de dood. Ook is er meestal een terugblik op het hele leven. Het was goed. Mensen kunnen na bijvoorbeeld een hartstilstand, exact vertellen wie er met hun reanimatie bezig was, wat er werd gezegd etc. Als de ervaring incompleet is gaat dit eerder gepaard met angst.

Persoonlijke ervaring

Manon blikt terug op haar persoonlijke ervaring. Ze vertelde dat ze een verruimd bewustzijn heeft ervaren, maar wel in haar fysieke lichaam was. Dit gebeurde na een zware bevalling met bloedverlies. Ze wilde niet doodgaan, maar graag haar kind nog zien opgroeien. Ze zag veel mensen en licht. Ook had ze een ontmoeting met haar oma, dat was heel prettig. Door deze ervaring is Manon intuïtiever geworden. Manon liet een boeiend interview zien over BDE tussen haar en Pim van Lommel, schrijver van het boek heeft het boek “eindeloos bewustzijn”. Dit interview is te vinden via [YouTube](#)

Vragen

- Naar aanleiding van een vraag uit de zaal werd er gesproken over postmortale ervaringen. Hierin heeft een nu levend persoon contact met een bekende overleden persoon. Het kan heel goed zijn dat de overledene in een andere vorm qua leeftijd ervaren wordt dan toen hij overleed. We noemen dit ook wel “after death communication”. Deze ervaringen komen best vaak voor.
- Ook kwam aan de orde dat het soms lijkt dat mensen met een levenseinde ervaring hallucineren en dat er dan medicatie gegeven wordt omdat het gediagnosticeerd wordt als een delier. Het verschil is dat in dit laatste geval vaak sprake is van angst, bij LEE niet. Het verschil tussen een droom en transcendentale ervaringen: bij de laatste ziet de persoon de ervaringen compleet helder, bij een droom veelal niet.
- Vraag is ook of sederende medicatie van invloed is op verruimd bewustzijn. Palliatieve sedatie wordt gegeven als de klachten onomkeerbaar zijn. Vaak is dit een combinatie van Dormicum met Morfine). In diepe sedatie is er voor buitenstaanders geen levenseinde ervaringen zichtbaar maar het is niet uitgesloten dat de stervende deze ervaringen niet meer kan hebben. Daar deze ervaring buiten tijd en lichaam plaatsvindt. Manon weet niet of er onderzoek is gedaan naar ervaringen bij Euthanasie.

Tot slot

Manon krijgt van de voorzitter de respons dat ze een overtuigend, bevlogen, helder verhaal heeft verteld. Ook dat ze “van binnenuit” spreekt met kennis van zaken.

De zaal bevestigt dit door een instemmend applaus.

Leestips van Manon

- Pim van Lommel: Eindeloos bewustzijn
- Ineke Visser: Licht op sterven

Auteur: Greetje Terwisscha van Scheltinga