

Zijn we dood als we dood zijn?



Zijn we dood als we dood zijn?

Deze brochure bevat het artikel
Are we dead when we die?
van The Theosophical Society in Australia

Vertaling Louis Geertman

© Nederlandse vertaling 2002 TVN Amsterdam

Eerste druk 2002

Tweede druk 2005

Theosofische Vereniging in Nederland

Tolstraat 154

1074 VM Amsterdam

telefoon 020 – 676 56 72

fax 020 – 675 76 57

e-mail info@theosofie.nl

website www.theosofie.nl

ALS WE DOODGAAN, ZIJN WE DAN DOOD?

Wat is de dood? Sommige mensen denken dat de dood een totaal uitdoven is; het leven en het bewustzijn eindigen op het moment dat het stoffelijk lichaam ophoudt te functioneren. Anderen beschouwen het heel goed mogelijk dat er een of andere vorm van leven na de dood is. Ook al kunnen ze het niet bewijzen, toch zijn veel mensen er persoonlijk van overtuigd dat er leven na de dood bestaat. Deze overtuiging kan gebaseerd zijn op een bepaalde religieuze achtergrond, maar dat hoeft niet zo te zijn. Als het waar is dat een deel van ons niet sterft, dan kun je de zogenaamde 'dood', eerder beschouwen als een overgang van de ene toestand naar een andere dan als een einde op zich. Het proces van geboren worden, opgroeien, volwassen zijn, ouderdom en dood is één van de grote cycli die je vindt op elk niveau in de Natuur, van atoom tot universum. Iets van de angst die meestal verbonden is met doodgaan begint te wijken, als het sterven wordt gezien als een onderdeel van een steeds weer optredende cyclus en, in feite, als een nieuw begin in een andere toestand van bewustzijn.

De boodschap dat het leven altijd doorgaat en niet ophoudt bij de stoffelijke dood is overgeleverd uit de verzamelde spirituele wijsheid van het verleden. De hier volgende denkbeelden worden ons ter overweging aangeboden en zijn afkomstig van de tijdloze spirituele leringen die tegenwoordig bekend staan als Theosofie.

WIE BEN IK?

Diep in onszelf voelen velen van ons intuïtief dat we méér zijn dan dit stoffelijk lichaam, dat we méér zijn dan een persoon die leeft om te eten, te slapen en om de menselijke soort in stand te houden. Het is heel natuurlijk om jezelf vragen te stellen zoals 'Wie ben ik?', en 'Ben ik méér dan alleen mijn lichaam?'

Theosofische leringen geven aan dat mensen meer *zijn* dan een stoffelijk lichaam en dat we functioneren op drie hoofdgebieden:

1. Een inwonende Geest die bestond vóór onze geboorte en die zal blijven bestaan na de dood
2. Een ziel die ook al bestond vóór onze geboorte en die zal blijven bestaan na onze dood
3. Een stoffelijk lichaam

Ter overdenking ligt hier de gedachte dat onze ziel een projectie of het 'voertuig' is van de inwonende Geest. De ziel evolueert over een lange periode door het opnemen en verwerken van de levenservaringen, waarbij zij geleidelijk kwaliteiten verwerft als mededogen, zuivere intelligentie, inzicht en wijsheid. Zij doet dat door zich periodiek te hullen in een nieuw lichaam met een nieuwe persoonlijkheid. Hierbij wordt echter gesteld dat voor onze menselijke evolutionaire reis vele levens nodig zijn om ons volle menselijke en spirituele potentieel te ontwikkelen. Als dat zo is, dan is het logisch dat wij allemaal vele malen door het proces van geboren worden en sterven zijn heengegaan.

Belangrijker evenwel is het intuïtieve besef van ons eigen voortbestaan. Velen van ons kennen dit. We voelen dat in ons andere diepere lagen van bewustzijn liggen. Degenen die regelmatig aan meditatie doen, bijvoorbeeld, kunnen toestanden ervaren die anders zijn dan het dagelijkse 'waak'bewustzijn.

ANDERE BEWUSTZIJNSGEBIEDEN

Overall rondom en door de fysieke stof heen bestaan andere gradaties van stof. Vandaag de dag, nu we röntgenstralen en televisie kennen, is het voor ons makkelijker om de werkelijkheid van het bestaan van een onzichtbare wereld te accepteren. De wetenschap hanteert steeds ruimere begrippen als het gaat om het beschrijven van de aard van de materie en we zijn beter in staat om denkbeelden te vatten waarin het zowel om zichtbare als onzichtbare krachten gaat. Daarom is het ook niet al te moeilijk om je voor te stellen dat mensen andere aspecten of 'lichamen' hebben die van fijnere stof zijn gemaakt.

WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN SLAAP EN DOOD?

Uit theosofische leringen komt naar voren dat dood en slaap niet veel van elkaar verschillen. Wanneer we gaan slapen, wordt het bewustzijn tijdelijk uit het lichaam teruggetrokken, maar we hebben nog steeds emotionele en mentale ervaringen die we ons bij het wakker worden vaak ook nog herinneren. In onze droomtoestand kunnen we hoogten bereiken die erop duiden dat er bewustzijnsgebieden zijn buiten die welke we ervaren wanneer we wakker zijn.

Stel je voor dat bij de fysieke dood ons bewustzijn een reis begint naar gebieden die veel verhevener zijn dan die welke je in je slaap betreedt. In de droomtoestand is ons bewustzijn nog steeds verbonden met ons stoffelijk lichaam en kan ernaar terugkeren. Bij de dood wordt deze verbinding echter definitief verbroken en sommige helderzienden kunnen werkelijk zien hoe de levensenergie het lichaam verlaat via de kruin in de vorm van een fijn zilveren koord of stroom.

WAT GEBEURT ER NA DE DOOD?

Aloude leringen vertellen ons dat we na de stoffelijke dood een wereld van licht binnentreden waarin we een steeds grotere vrijheid ervaren naarmate het bewustzijn steeds meer wordt losgemaakt van de zwaardere trillingen van de dichte fysieke stof. Er wordt gezegd dat die wereld onze stoffelijke wereld doordringt. Dan vindt er een zuiveringsproces plaats voordat de ziel verder kan gaan naar de diepe en gelukzalige toestand die zij verdient heeft.

Tijdens het aardse leven identificeren we onszelf voornamelijk met de verlangens van de stoffelijke wereld. Men zegt dat deze verlangens ook na de dood blijven bestaan en zelfs tijdelijk nog sterker kunnen worden. Zij moeten echter worden achtergelaten voordat de ziel de volgende fase van haar reis kan voltooien. Misschien kan een vergelijking helpen om dit duidelijk te maken. We weten dat wanneer zout uit zeewater wordt gewonnen het verdampende water een bezinksel achterlaat dat geen zuiver zout is. De onzuiverheden moeten er nog worden uitgehaald. We zouden kunnen zeggen dat

iets dergelijks ook plaatsvindt wanneer de ziel het lichaam verlaat — zij moet nog een zuiveringsproces ondergaan. Hiervoor is tijd nodig, vooral wanneer de emoties intens zijn geweest en weinig constructief van aard. We worden na de dood niet opeens volmaakt, want voor de menselijke reis zijn vele levens nodig. Onze angsten, begeerten, vreugden en zorgen blijven bestaan en moeten in het leven na de fysieke dood worden begrepen. Geleidelijk aan echter vindt het proces van verfijning plaats en in een nieuwe toestand van vrijheid begint de ziel de stralende wereld waarin zij nu woont te waarderen. Men zegt dat we uiteindelijk verder ontwaken in een gelukkige toestand van hemelse zaligheid en beloning waarin geen pijn of verdriet is, slechts vreugde en vervulling.

Het is belangrijk om te onthouden dat we nu bezig zijn die 'hemelse' ervaring te scheppen. Wat is de drijfveer voor ons bestaan? Zijn we vooral bezig met de onbelangrijkheden van het dagelijks bestaan of denken we ook dieper na? Zijn we egoïstisch of steken we graag de helpende hand naar een ander uit? Zijn we snel van ons stuk gebracht of zijn we in staat rustig en geconcentreerd te blijven, ondersteund door ogenblikken van rustige overpeinzing en meditatie? Men zegt dat als we zulke oefeningen regelmatig doen, het overgangsproces naar de 'hemelse' wereld gemakkelijker zal zijn na de stoffelijke dood. Het leven dat we nu leiden, zo wordt gezegd, bepaalt wat voor soort toestand we na de dood zullen ervaren.

Er bestaan allerlei gezichtspunten over de duur van ons verblijf in de hemelwereld. Maar het is waarschijnlijk dat deze per individu verschilt en niet in aardse tijd kan worden gemeten, want het is een toestand die geen relatie heeft met de tijd zoals wij die kennen. Nadat we helemaal zijn uitgerust en vernieuwd, zo wordt in de theosofische leringen gesteld, voelen we weer de drang om ervaringen op te doen in de stoffelijke wereld. We beginnen dan met het proces van geboren worden in een nieuw stoffelijk lichaam, om opnieuw de cyclus te beginnen, teruggeplaatst in omstandigheden die we zelf hebben geschapen.

BEWIJS DAT HET LEVEN BIJ DE DOOD NIET OPHOUDT

Hoewel het moeilijk is om te bewijzen dat het menselijk bewustzijn buiten het stoffelijk lichaam blijft voortbestaan, groeit het bewijs voor deze gedachte binnen de disciplines van wetenschappelijk onderzoek naar buitenzintuiglijke waarneming en uittredingen. Empirisch bewijs, zou je kunnen zeggen, voor het idee van reïncarnatie of meerdere levens, wordt geleverd door de herinneringen die mensen beweren te hebben aan vorige levens. Hoewel deze niet in objectieve zin kunnen worden bewezen, lijken ze niettemin zeer oprecht en eerlijk, en in sommige gevallen is inderdaad bewezen dat beweringen over vorige levens op waarheid bleken te berusten.

BIJNA-DOOD ERVARINGEN

Zeer belangrijk hierbij zijn de getuigenissen in de afgelopen jaren van honderden mensen die een 'klinische dood'ervaring hebben gehad; deze ervaringen zijn verzameld en gepubliceerd door onderzoekers als Dr. Raymond Moody, Dr. Elisabeth Kübler-Ross en de Australische auteur Dr.

Cherie Sutherland.

De ervaringen van mensen die weer tot leven werden gewekt en die verslag deden over wat er met hen gebeurde toen zij als klinisch dood werden beschouwd, lijken opmerkelijk veel op die welke in de theosofische literatuur worden beschreven. Voor de meesten van hen bestond de eerste ervaring uit het gaan door een donkere afgesloten ruimte of tunnel, voordat hun bewustzijn weer scherper werd en zij zich bewust werden van een spiritueel 'lichaam'. Vanuit dit lichaam zagen ze op afstand hoe hun fysieke lichaam weer tot leven werd gewekt — bijvoorbeeld op een operatietafel of wanneer ze uit een autowrak waren gered. Velen bevonden zich dan in een wereld van licht en vrijheid waarin zij een 'lichtwezen' ontmoetten die het toonbeeld was van volmaakt begrip en volmaakte liefde. Gewoonlijk beleefde men een diep gevoel van vrede en welzijn. Vaak ervoeren deze mensen een levendige terugblik op hun leven en begrepen ze dat ze moesten terugkeren om de nog niet voltooide zaken van hun incarnatie af te maken.

Velen die onwillig waren om terug te keren, getuigden dat deze ervaring hun leven volkomen had veranderd. Zij waren totaal niet bang meer voor de dood, omdat zij zich realiseerden dat zij, hoewel zij dachten dat zij waren gestorven, in een andere toestand bleven voortleven. Deze mensen keerden terug naar het stoffelijk bewustzijn met een verlangen om liefde voor anderen te ontwikkelen. Zij beseften ook hoe belangrijk het was te leren en te groeien in wijsheid door middel van de ervaringen van dit speciale leven.

HULPVERLENING OP HET MOMENT VAN STERVEN

Een belangrijke boodschap van de bestudeerders van wijsheidsleringen is dat de aanwezigen rond een stervende de vertrekkende ziel behulpzaam kunnen zijn door de overgang zo rustig en zo vredig mogelijk te laten plaatsvinden. De laatste jaren is er veel vooruitgang geboekt doordat er overal ter wereld tehuizen zijn gesticht waar speciaal getraind personeel de stervenden liefdevolle zorg en vertrouwen biedt.

IS VERDRIET WEL NODIG?

Stel je voor hoe het moet voelen om rustig weg te glijden, uit een door pijn geteisterd lichaam wellicht, om jezelf in vrijheid te hervinden, eerst enigszins verward zelfs — misschien zonder te beseffen dat het bewustzijnsgebied dat je zojuist hebt betreden niet de stoffelijke wereld is waaraan je gewend bent. In *Het Tibetaanse Dodenboek* en in andere teksten die dit onderwerp behandelen, wordt uitgelegd dat de aanpassing voor de persoon die is overgegaan wordt bemoeilijkt als degenen die de gestorvene liefhadden alsmaar blijven rouwen en verdriet hebben.

Het is normaal om verdriet te voelen en hedendaagse psychologen zouden kunnen beamen dat het ongezond is om je verdriet weg te drukken. Velen echter die de dood beschouwen als een onderdeel van een periodieke cyclus van geboorte en dood, en die overtuigd zijn van het bestaan van een leven na de dood, zeggen dat hun verdriet daardoor minder groot is geworden.

Zij zien de dood als een vast cyclisch proces en er is voor hen minder reden tot angst over een onzekere toekomst voor hun overleden geliefden.

HOE BEREID JE JE VOOR OP JE EIGEN DOOD?

Wanneer er een kind geboren gaat worden, bereiden we de geboorte voor. Aangezien we uiteindelijk allemaal sterven kunnen we onszelf helpen door ook deze overgang voor te bereiden. Het hele proces wordt vergemakkelijkt als we een leven leiden waarin rekening wordt gehouden met de diepere aspecten van de mens.

INFORMATIE IS BESCHIKBAAR

Er zijn vele boeken beschikbaar over gebeurtenissen vóór, tijdens en na de doodservaring. Sommige zijn gebaseerd op nuchtere observaties van het stervensproces; andere zijn verslagen van degenen die dachten dat zij stervende waren, maar dan weer terugkeerden naar het leven. Weer andere, zoals de theosofische literatuur, zijn verslagen van tijdloze leringen over de dood en de wereld daarna.

LEREN OM JE AAN TE PASSEN

De dood vormt een ingrijpende verandering, daarom moeten we verschillen verwachten. We kunnen onszelf beter voorbereiden als we ons aanpassingsvermogen aan nieuwe situaties welbewust leren vergroten.

ONTDEKKEN WIE WE ZIJN

Een belangrijk gevolg van de dood is dat we ons gevoel van wie en wat we zijn moeten aanpassen. Normaal, in het dagelijks leven, identificeren we ons met ons lichaam, onze zintuigen, instincten, emoties en gedachten. Op het moment van sterven of spoedig daarna, zullen we ons gevoel van zelfbewustzijn echter moeten aanpassen. Dit kan ons onaangenaam verrassen, tenzij we erop voorbereid zijn. Regelmatig mediteren stelt ons in staat om in contact te komen met ons ware innerlijke Zelf en kan deze overgang vergemakkelijken.

DAGELIJKS DE BALANS VAN JEZELF OPMAKEN

Er wordt gezegd dat we op het moment van sterven een terugblik krijgen op het zojuist beëindigde leven. Op die ervaring kunnen we ons voorbereiden door iedere avond zo onpartijdig mogelijk de balans op te maken van de activiteiten van de afgelopen dag. Dit kan leiden tot positieve veranderingen in onze reacties op de uitdagingen van het leven. Het is een goed idee om een

dagboek bij te houden voor het vastleggen van indrukken en het evalueren van onze dagelijkse ervaringen.

HET VERWERVEN VAN EEN GEMOEDSGESTELDHEID DIE DE ALLEDAAGSE ERVARINGEN TE BOVEN GAAT

Bepaalde bekrachtigende spreuken of mantra's kunnen helpen bij dit proces. Sommige mensen vinden steun in de volgende woorden:

O verborgen leven, trillend in elk atoom,
O verborgen licht, stralend in ieder wezen,
O verborgen liefde, alles omvattend in één zijn,
Moge ieder die zich één voelt met u
Zich daarom ook één weten met elk ander.

Mensen uit verschillende tradities reageren verschillend op zulke passages. Christenen bijvoorbeeld kunnen ervoor kiezen om een gebed uit te spreken of de rozenkrans te bidden.

HET LEVEN BESCHOUWEN IN EEN GROTERE CONTEXT

Als de denkbeelden in deze brochure je aanspreken, kan het nuttig zijn te bedenken dat ons huidige leven slechts een fase is in de grote cyclus van ons bestaan, één van de vele incarnaties, allemaal geleid door de wet van karma of harmonie. Wat wij *nu* zijn is het gevolg van onze gedachten en daden in het verleden. Hoe wij dag in dag uit denken en handelen bepaalt de kwaliteit van ons leven na de dood en in toekomstige levens.

JEZELF VISUALISEREN ALS ÉÉN MET HET UNIVERSUM

Stel jezelf voor, badend in een zuiver wit licht dat door het hele universum circuleert, door je heen stroomt en je verbindt met alles wat leeft. De grote spirituele tradities verwijzen allemaal naar een fundamentele toestand van eenheid, één zijn of heelheid, een gemeenschappelijke spirituele essentie die alles wat leeft doordringt.

DE GROOTSTE REIS

Om de betekenis van zulke leringen over het leven na de dood ten volle te kunnen doorgronden, is het noodzakelijk om het denkbeeld te omarmen dat we ons allemaal op reis hebben begeven. Volgens de tijdloze leringen zijn we individuele vonken van de Ene Vlam, de bron waaruit we tevoorschijn kwamen en waarnaar we terug aan het gaan zijn. We hebben vele levens geleefd; we zijn vele doden gestorven. Uiteindelijk zullen onze zielen terugkeren naar die grote bron of inwonende Geest.

Als de denkbeelden die hier zijn gepresenteerd je aanspreken, dan zul je het ook als logisch beschouwen dat de stoffelijke aspecten van onze reis gelegenheden verschaffen om ervaringen op te

doen. Deze ervaringen worden na de dood in de mentale wereld en in de wereld van de emoties verfijnd tot grotere capaciteiten en krachten, waarmee we onze reis voortzetten. Wat wij als de 'hemel' ervaren is het resultaat van de goede gedachten en daden tijdens ons leven op aarde. De zogenaamde hemel is niet een eeuwigheid, maar een periode van verwerking en rust. Elk leven op aarde brengt ons dichterbij het einde van de reis, wanneer de individuele ziel zichzelf zal hebben bevrijd van het rad van wedergeboorte. Sir Edwin Arnold beschrijft dit prachtig in zijn boek *Het Licht van Azië*, waar hij zegt dat de ziel het voorbeeld zal volgen van alle verlichte zielen door, zoals een dauwdrop weer één wordt met de oceaan, uiteindelijk weer één te worden met haar goddelijke bron.

