



De bijna-dood-ervaring, echter dan echt!

Rudolf Smit

Rudolf Smit, hoofdredacteur van *Netwerk, nabij-de-dood-ervaringen* (www.netwerk.nde.nl), sprak op de najaarsdag 2015 van de TVN over bijna-dood-ervaringen (BDE). Hieronder een korte samenvatting van wat hij vertelde.

De bijna-dood-ervaring is een fenomeen dat al millennia bestaat, maar pas sinds het midden van de jaren zeventig van de vorige eeuw een groeiende bekendheid geniet. Zozeer zelfs dat de term vaak onjuist wordt gebruikt. Als bijvoorbeeld een automobilist ontsnapt aan een botsing met een stevige boom wordt al vaak gezegd dat hij een bijna-dood-ervaring had en zo iets lezen we dan ook in menige krant. Maar wat is een bijna-dood-ervaring (BDE) dan wel? Dit is de definitie van Stichting Netwerk NDE (voorheen Merkawah): *De bijna-dood-ervaring (BDE) is een geheel van indrukken tijdens een bijzondere bewustzijnstoestand die het gevolg is van een periode van klinisch dood zijn, een ernstige ziekte, een bijna fatale situatie of een stervensproces; maar een BDE kan ook voorkomen bij hoge stress of diepe meditatie, of zelfs heel spontaan zonder enige aanleiding.* Voornoemde stichting heeft overigens de aanduiding 'BDE' laten vervallen, en daarvoor de term 'NDE', nabij-de-dood-ervaring, in de plaats gesteld. De benaming NDE dekt de lading beter. In regel is men namelijk niet bijna-dood, maar men kan er wel dichtbij zitten.

Hoe het ook zij, het betreft een ervaring die iemands leven (en soms ook dat van zijn/haar naasten) volledig op de kop zet. Zie maar wat het geval is als iemand een volledige NDE meemaakt, bijvoorbeeld bij een operatie waarbij een plotselinge hartstilstand optreedt. Er is dan sprake van zogenaamde klinische dood: het hart is gestopt, de bloeddruk valt weg, de ademhaling stopt, en binnen een seconde of tien, vijftien, valt ook het brein uit; het fysieke bewustzijn is weg. Dan moet er onmiddellijk gereanimeerd worden. Dat gebeurt door het uitvoeren van ritmisch drukken op de borstkas, het toedienen van zuurstof en ook door het toedienen van elektrische schokken. Veelal keert de hartslag dan terug, evenals alle andere functies. Dan blijkt dat bij ongeveer 10% van de patiënten die dit hebben ondergaan iets heel bijzonders gebeurde.

Hier volgt een verslag van zo'n patiënt: *Wat ik mij kan herinneren is dat ik op de operatietafel werd gelegd. Er werd mij narcose toegediend en wég was ik - er was niets meer. Maar toen gebeurde er iets heel raars. Opeens leek ik klaarwakker en zag alles om me heen, maar dan van ... bovenaf! Ik, mijn 'ik', hing tegen het plafond, keek naar beneden en zag een groep mensen in blauwe jassen en petjes op hun hoofden die heel paniekerig bezig waren met iets dat op een tafel lag. Ik keek wat gericht en zag dat ik het zélf was daar op die tafel! Er drong mij een besef op: **ik was niet meer in lichaam. Ik was dus dood.** Ik had iets heel bijzonders ontdekt: dood is niet dood, en mijn ik was ergens anders. Ondertussen keek ik gefascineerd naar wat er onder hem gebeurde. Men schreeuwde tegen elkaar. Iemand riep: 'We raken hem kwijt!' Ondertussen kwamen er meer mensen binnen. Eén van hen nam de leiding. Hij plaatste een paar ronde dingen op mijn borst, en riep: 'Uit de weg allemaal' en toen zag ik mijn lichaam schokken, maar er gebeurde verder niets met mijn lichaam. Ondertussen voelde ik iets of iemand naast mij, en ik zag in de andere hoek van de operatiekamer een donker gat ontstaan waar ik naartoe en in werd gezogen. Ik voelde geen angst, vooral niet toen ik aan het einde van dat donkere gat een helder licht zag dat steeds groter werd. Het was alsof ik door een tunnel raasde, óp naar dat schitterend mooie licht, zó helder, maar het deed geen pijn aan mijn ogen. Opeens stond ik in een onbeschrijflijk mooi landschap. Het was zó prachtig groen, en er bloeiden duizenden bloemen in de mooiste kleuren. Er klonk de mooiste denkbare muziek, muziek die ik op aarde nog nooit gehoord had. En bovenal ervoer ik een gevoel van oneindige liefde, van volledige acceptatie. **Ik was thuis gekomen**, zó voelde het. Hier wilde ik blijven, voor altijd... Maar toen zag ik opeens aan het einde van een pad, tussen de bloemen door, een wezen van licht op mij toekomen. Het kwam steeds dichterbij en toen het voor mij stond zag ik in die lichtgestalte het gezicht van mijn moeder die al zo'n twintig jaar daarvoor overleden was. Met oneindige liefde keek zij mij aan en ze sprak, zonder woorden, tot mij: 'Je kunt niet blijven, mijn zoon, want het is je tijd nog niet. Je moet terug, maar wees gerust, als het je tijd wel is, zal ik er voor je zijn'. Toen voelde ik mij opgenomen, en met een enorme snelheid teruggaan door de tunnel naar de operatiekamer. Ik zag hoe de dokter weer schokken toediende, en toen was ik terug in mijn lichaam. Alles werd zwart. Toen de narcose was uitgewerkt en ik mijzelf terug vond op de Intensive Care, was het eerste wat ik deed, toen ik weer een beetje bij krachten was, aan de dienstdoende verpleegster vertellen wat ik had ervaren. Ze begreep er niets van, zei dat het een droom was geweest en dat het wel over zou gaan. Eigenlijk vond ze het maar eng, dat kon je uit alles merken, maar voor mij was een onvergetelijke gebeurtenis die échter dan écht was geweest.*

Het voorgaande is een fictief verslag, gebaseerd op de vele duizenden verslagen die er over de hele wereld al zijn verzameld, en dan kunnen we gerust stellen dat het wel degelijk een echt verslag had kunnen zijn. Vrijwel alle kenmerken van een diepgaande NDE komen er in voor. Zo'n

ervaring verandert het leven van de ervaarder voorgoed. In de meeste gevallen is er sprake van een geestelijke transformatie. Een folder van *Merkawah* vermeldt: *Doorgaans wordt de persoon die deze ervaring heeft gehad milder en minder materialistisch, meer geïnteresseerd in kennis, milieu, religie en in de zin van het leven.*

Zo heeft hij:

- a) geen angst meer voor de dood; soms verlangt hij er zelfs naar, vanwege een zeker heimwee naar die allesomvattende en onvoorwaardelijke liefde;*
- b) behoefte aan stilte en zich terug te kunnen trekken (dromerigheid bij kinderen), of om erover te praten ofschoon er eigenlijk geen woorden voor te vinden zijn;*
- c) een positiever zelfbeeld en een andere visie op mens en samenleving;*
- d) een sterk verantwoordelijkheidsgevoel, ook ten opzichte van de wereld en het milieu;*
- e) een verhoogde intuïtie en gevoeligheid voor horen, zien en voelen (paranormale ervaringen);*
- f) een verandering in religieuze beleving/godsbeeld: niet meer dogmatisch!*

Deze transformatie treedt in de regel niet van de ene op de andere dag op. Er is vastgesteld dat de innerlijke integratie van deze NDE de ene 'NDE-er' sneller afgaat dan de andere. De één doet hier enkele weken over, de ander heeft jaren nodig om zijn NDE geheel te doen opgaan in zijn karakter.

Al met al is deze transformatie van een zodanige aard dat de oorzaak, de NDE, moeilijk kan worden weggewuifd als een grap, een illusie van het brein van de betrokkene. Dit is echter wel iets wat materialistische wetenschappers maar al te graag zeggen. Zo beweert een prominent lid van *Stichting Skepsis* ijskoud dat bij NDE-ers een steekje los zit. Anderen doen het zelfs af als interessant-doenerij. Gedegen onderzoek heeft echter uitgewezen dat van al die negatieve beweringen (*bijna-dooddoeners* zoals ervaarder Jim van der Heijden ze heel toepasselijk noemt) nauwelijks iets klopt. Zo is een NDE geen gevolg van zuurstoftekort in de hersenen (het meest aangehaalde argument), want het fenomeen doet zich ook voor bij mensen die in diepe meditatie verkeren, bij zware stress of kan zomaar spontaan optreden: allemaal omstandigheden waarin géén sprake is van zuurstoftekort. Het belangrijkste argument tegen zuurstoftekort is de uitzonderlijke helderheid van het bewustzijn dat NDE-ers ervaren, wat onmogelijk zou kunnen bij een klinische dood die normaalgesproken leidt tot een totale afwezigheid van fysiek bewustzijn. Bovendien is bekend dat bij mensen bij wie inderdaad zuurstoftekort in de hersenen optreedt sprake is van hevige verwardheid en dat is tegengesteld aan het hyperheldere bewustzijn van NDE-ers.

Een ander veel gehoord argument is dat de hersenen deze ervaring zouden produceren als gevolg van doodsangst, om aldus het stervensproces plezieriger te maken: gewoon klinkklare onzin. Zodra een acute hartstil-

stand optreedt, vallen de lichaamsfuncties binnen enkele seconden weg. Zoals men weet van getuigenissen van mensen die waren gereanimeerd na een acute harstilstand, en géén NDE ervoeren, ging het bewustzijnsverlies zo snel dat er niet eens tijd was om doodsangst te ontwikkelen.

Het belangrijkste argument dat NDE's reëel zijn, en dus geen hallucinatie, illusie of wat dan ook, zijn de zogeheten geverifieerde, 'veridieke' ervaringen. Veridiek staat voor 'waarachtig': echt, niet bedacht, niet gefingeerd, enzovoort. Het betreft ervaringen zoals hierboven beschreven in de fictieve casus. De NDE-er ziet alles wat er met hem/haar gebeurt, neemt relevante of zelfs irrelevante details waar, die naderhand door derden konden worden geverifieerd. Zo kon een NDE-er naderhand precies vertellen wat voor handelingen werden verricht, en wat voor kleur bijvoorbeeld de schoenveters van een lid van de medische staf had. Ook kon een op getallen gerichte NDE-er een serienummer van tien cijfers waarnemen boven op een metershoge kast, en dat nummer lepelde hij precies op aan de verpleegkundige die ging kijken. Die moest daarvoor een trappetje op en zag inderdaad dat het serienummer correct was waargenomen. Hallucinerende breinen halen dat grapje niet uit. Ook uitermate bijzonder zijn de waarnemingen 'aan de andere kant' van overleden familieleden en de communicatie met hen. Vooral als het om familieleden gaat waarvan de NDE-er het bestaan niet eens kende (overgrootouders bijvoorbeeld). Nog frappanter wordt het als de NDE-er mensen waarneemt van wie hij niet eens wist dat die overleden waren! Zie onderstaand voorbeeld van de arts K.M. Dale die het volgende vertelde over de negenjarige Eddie Cuomo die met zware koorts was opgenomen. Zijn ouders en het ziekenhuispersoneel ervoeren zesendertig angstige uren tot de crisis voorbij was. Zodra hij om drie uur 's morgens zijn ogen open deed, vertelde Eddie met grote drang zijn ouders dat hij in de hemel was geweest, waar hij had gesproken met zijn overleden opa Cuomo, tante Rosa en oom Lorenzo. Zijn vader voelde zich heel ongemakkelijk door de aanwezigheid van Dr. Dale die immers mee luisterde, en hij (de vader) probeerde het verhaal van zijn zoon af te doen als een delirium, veroorzaakt door de koorts. Toen voegde Eddie er echter aan toe dat hij ook zijn negentien jaar oude zusje Teresa had gezien, en dat die hem had bevolen terug te gaan. De vader van Eddie raakte heel opgewonden omdat hij twee avonden daarvoor nog met Teresa had gesproken. Zij verbleef in een internaat in de stad Vermont. Hij vroeg Dr. Dale de jongen een kalmerend middel toe te dienen. Later die ochtend, toen Eddie's ouders het internaat belden, werd hun verteld dat Teresa kort na middernacht was omgekomen in een auto-ongeluk. Het personeel van het internaat had tevergeefs getracht de familie Cuomo telefonisch te bereiken om hen op de hoogte te stellen van het tragische nieuws. (NB Dit alles vond plaats aan het begin van de negentiger jaren van de vorige eeuw, toen er nog nauwelijks mobiele telefoons waren).

Casussen als de voorgaande kunnen met de beste wil van de wereld niet worden wegverklaard, hoezeer sceptici alles er met de haren bij slepen om dat wel te doen. Zo zullen ze een casus als het voorgaande afdoen als pure fantasie, bedacht door mensen die uit zijn op aandacht, of iets anders flauwekulligers. Of het onvermijdelijke argument van 'toeval' komt om de hoek kijken. Er zijn echter heel wat meer casussen als deze bekend.

Tot besluit kan worden gezegd dat de NDE onderwerp is geworden van serieus wetenschappelijk onderzoek in de gehele westerse wereld. In Nederland is vooral het onderzoek door cardioloog Pim van Lommel bekend. Samen met psychologen Ruud van Wees, Vincent Meijers en Ingrid Helfferich werd het resultaat van hun ruim tien jaar durende onderzoek op 15 december 2001 geplaatst in het gerenommeerde Britse medisch-wetenschappelijke tijdschrift *The Lancet*, onder de titel: *Near-death experiences in survivors of cardiac arrest: a prospective study in the Netherlands*. Het was een spraakmakend artikel en dat is het nog steeds.

De belangrijkste vraag blijft echter: zijn NDE's bewijs van een 'leven na de dood'? Voor de wetenschap blijft dit een vraag die vooralsnog niet, en misschien wel nooit afdoende beantwoord kan worden. Voor de meeste ervareners is daarover echter geen twijfel mogelijk. Zij wéten, want zij hebben het meegemaakt in een echter-dan-echte wereld aan de andere zijde.

Literatuur:

Pim van Lommel: *Eindeloos Bewustzijn*, Ten Have, Utrecht, 2007

Titus Rivas, Anny Dirven en Rudolf Smit: *Wat een stervend brein niet kan*, Elikser, Leeuwarden 2013

Overleden TVN leden

De heer R. de Bruin uit IJsselstein.
Hij was 86 jaar en lid sinds 1986.

Mevr. M. Boer-Kok uit Scheemda.
Zij was 78 jaar en lid sinds 1988.

Mevr. Y. Oosterkamp-Ventra, uit Almelo.
Zij was 84 jaar en lid sinds 1977.

Moge onze liefde en dankbaarheid hen
begeleiden op hun verdere zielereis.