



Van de redactie

Euthanasie gezien vanuit de Nederlandse overheid

‘Wet Toetsing Levensbeëindiging op Verzoek en Hulp bij Zelfdoding’

In april 2001 bekrachtigden Koningin Beatrix, de Minister van Justitie en de Minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport door middel van een handtekening een wet waardoor euthanasie in Nederland niet meer per definitie strafbaar is. Door middel van deze wet, de ‘Wet Toetsing Levensbeëindiging op Verzoek en Hulp bij Zelfdoding’ (WTL), is vastgelegd in welke gevallen euthanasie is toegestaan en welke procedures daarbij moeten worden gevolgd. De WTL, beter bekend als de ‘euthanasiewet’, geeft ook aan op welke wijze gecontroleerd kan en moet worden of de euthanasie volgens de regels van de WTL is nageleefd. De wet bepaalt dus wanneer iemand die een ander heeft geholpen om zijn leven te beëindigen, de uitgevoerde handelingen strafbaar zijn of niet.

Binnen de Nederlandse wetgeving staat het leven centraal. Vandaar dat het iemand doden, of iemand helpen bij zijn zelfdoding, in beginsel verboden is. De euthanasiewet heeft voor ruimte gezorgd binnen dit beginsel. Anders gezegd, mits de handelingen die leiden tot iemands overlijden volgens de wettelijke regels zijn uitgevoerd, is euthanasie sinds 2001 niet meer strafbaar. In bepaalde gevallen mag de arts dus dodelijke middelen (euthanatica) toedienen aan degene die het verzoek tot overlijden bij hem heeft ingediend, of mag hij euthanatica aanreiken aan degene die zijn leven wenst te beëindigen. In het laatste geval verleent de arts ‘hulp bij zelfdoding’.

Zorgvuldigheid

Gemiddeld sterven in Nederland 140.000 mensen per jaar. In 2015 waren van dit aantal 5.516 mensen overleden door bij de overheid gemelde euthanasie. Het is een enorme groei vergeleken met 2010 toen artsen 3136 mensen actief hebben geholpen met hun overlijden. De overheid streeft zorgvuldigheid na. Daarom worden wetten altijd zorgvuldig geformuleerd en opnieuw getoetst wanneer de maatschappij daar om vraagt. Zo heeft de regering in juli 2014 een adviescommissie aangesteld waarin negen hoog geleerden zitting namen om na te gaan of de euthanasiewet wijzigingen behoeft. Deze commissie onder voorzitterschap van prof. dr. Paul Schnabel

kreeg het verzoek om aan de ministers advies uit te brengen over de juridische mogelijkheden en de maatschappelijke dilemma’s met betrekking tot hulp bij zelfdoding aan mensen die hun leven voltooid achten.

Januari 2016 heeft de Commissie Schnabel haar 240 pagina tellende rapport “Voltooid Leven” aan de ministers aangeboden. Tien maanden later hebben drs. Edith Schippers (minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport) en mr. Ard van der Steur (minister van Veiligheid en Justitie) in een brief de kabinetsreactie en visie op “Voltooid Leven” gestuurd. Uit deze kamerbrief blijkt dat de ministers een begin hebben gemaakt om een nieuwe wet op te stellen voor de mensen die binnen het kader van de WTL niet geholpen kunnen worden met hun doodswens.

Vanuit de samenleving is om verschillende redenen met verbazing op de kamerbrief gereageerd. Maar die discussie laten wij hier buiten beschouwing. Om de visie van de overheid verder te belichten volgen wel:

- de belangrijkste passages uit de WTL,
- de slotbeschouwing van het rapport “Voltooid Leven”,
- passages uit de kamerbrief d.d. 12 oktober 2016 inzake “Voltooid Leven”.



De euthanasiewet (WTL)

De WTL legt de bepalingen vast omtrent de hulp bij zelfdoding (het opzettelijk een ander bij zelfdoding behulpzaam zijn of hem de middelen daartoe verschaffen). De hulp kan worden verleend door een arts of hulpverlener (hulpverlener zoals omschreven in het Burgerlijk Wetboek 7 art 446.1). Er zijn speciale commissies ingesteld waar de gevallen van levensbeëindigingen moeten worden gemeld. Deze Regionale Toetsingscommissies Euthanasie (RTE) gaan na of de procedure correct is gevolgd.

De zorgvuldigheidseisen van de WTL houden in dat de arts:

- de overtuiging heeft gekregen dat er sprake was van een vrijwillig en weloverwogen verzoek van de patiënt,
- de overtuiging heeft gekregen dat er sprake was van uitzichtloos en ondraaglijk lijden van de patiënt,
- de patiënt heeft voorgelicht over de situatie waarin deze zich bevond en over diens vooruitzichten,
- met de patiënt tot de overtuiging is gekomen dat er voor de situatie waarin deze zich bevond geen redelijke andere oplossing was,
- ten minste één andere, onafhankelijke arts heeft geraadpleegd, die de patiënt heeft gezien en schriftelijk zijn oordeel heeft gegeven over de zorgvuldigheidseisen, bedoeld in de onderdelen a tot en met d, en
- de levensbeëindiging of hulp bij zelfdoding medisch zorgvuldig heeft uitgevoerd.

De RTE, de commissies die zijn ingesteld voor de toetsing van meldingen van gevallen van levensbeëindiging op verzoek en hulp bij zelfdoding, bestaan uit een oneven aantal leden. In iedere commissie zit in elk geval één rechtsgeleerde (tevens voorzitter), één arts en één deskundige op het gebied van ethische of zingevingsvraagstukken. De voorzitter en de leden, evenals de plaatsvervangende leden worden door de Ministers benoemd voor zes jaar. Elke RTE heeft bovendien een secretaris en één of meer plaatsvervangend secretarissen, allen rechtsgeleerden, die eveneens door de Ministers worden benoemd.

“Modelformulier euthanasie”

De commissie beoordeelt op basis van het ingevulde “Modelformulier euthanasie” of de arts die de levensbeëindiging op verzoek heeft toegepast of hulp bij zelfdoding heeft verleend, heeft gehandeld in overeenstemming met de hiervoor genoemde zorgvuldigheidseisen. De commissie kan de arts verzoeken zijn verslag schriftelijk of mondeling aan te vullen, indien dit voor een goede beoordeling van het handelen van de arts noodzakelijk is. De commissie kan bij de gemeentelijke lijkschouwer, de consulent of de betrokken hulpverleners inlichtingen inwinnen, indien dit voor een goede beoordeling van het handelen van de arts noodzakelijk is. Indien de commissie van oordeel is dat de arts niet conform de zorgvuldigheidseisen heeft gehandeld, brengt de commissie



sie haar gemotiveerde oordeel binnen zes weken na ontvangst van het verslag van de arts, schriftelijk ter kennis van de arts, het College van procureurs-generaal en de regionaal inspecteur voor de gezondheidszorg. De commissie is verplicht aan de officier van justitie desgevraagd alle inlichtingen te verstrekken, welke hij nodig heeft ten behoeve van de beoordeling van het handelen van de arts. Van het verstrekken van inlichtingen aan de officier van justitie doet de commissie mededeling aan de arts.

De arts heeft geen plicht tot het voltrekken van euthanasie, de patiënt heeft geen recht op euthanasie

De slotbeschouwing van “Voltooid Leven”

De slotbeschouwing van de Commissie Schnabel luidt als volgt (de technische verwijzingen naar specifieke wetsartikelen zijn niet overgenomen):
“De Nederlandse praktijk van levensbeëindiging op verzoek en de op deze praktijk van toepassing zijnde wetgeving is zeer zorgvuldig tot stand gekomen. In dit proces zijn euthanasie en hulp bij zelfdoding op dezelfde voet behandeld en volgens dezelfde zorgvuldigheidscriteria genormeerd. Indien er in plaats van de wettelijke regeling een andere route wordt opengesteld voor hulp bij zelfdoding dan voor euthanasie geldt (bijvoorbeeld door toe te staan dat ook niet-artsen hulp bij zelfdoding mogen verlenen), zal de WTL snel aan betekenis inboeten en zal de bestaande zorgvuldige normerings- en toetsingspraktijk voor euthanasie ook kunnen worden ondermijnd. In feite wordt dan het principe van zelfbeschikking tot

uitgangspunt gemaakt en kunnen de in de WTL neergelegde zorgvuldigheidseisen en de uitvoerende verantwoordelijkheid van de arts ontweken worden. In de praktijk zal hulp bij zelfdoding de overhand krijgen als alternatief voor euthanasie. Omdat het hier in de meest letterlijke zin gaat om een vraagstuk van leven en dood, is het naar het oordeel van de adviescommissie onwenselijk op dit gebied een zo grote mate van vrijheid te laten ontstaan. Het risico van een bedreiging van (het gevoel van) veiligheid van personen is hier te groot. Na bijna 14 jaar ervaring met de WTL kan gesteld worden dat de praktijk van levensbeëindiging op verzoek de bedoelingen van de wetgever adequaat reflecteert. Euthanasie en hulp bij zelfdoding blijven onderwerp van debat en daarin komt de zorg en de bezorgdheid van de samenleving over een goede balans tussen zorgvuldigheid en veiligheid enerzijds en zelfbeschikkingsrecht en keuzevrijheid anderzijds tot uitdrukking.

Situaties van ‘voltooid leven’

Zoals eerder in het rapport vermeld heeft de adviescommissie vastgesteld dat onder het begrip ‘voltooid leven’ de volgende situaties kunnen vallen:

1. situaties die al onder de huidige reikwijdte van de WTL vallen, namelijk waarbij er sprake is van lijden met een in overwegende mate medische grondslag;
2. situaties die als ‘grensgevallen’ worden beschouwd, omdat minder duidelijk is of het lijden in overwegende mate een medische grondslag heeft;
3. situaties waarbij geen sprake is van lijden met een medische grondslag;
4. situaties waarbij geen sprake is van lijden.

Naar het oordeel van de adviescommissie biedt de regeling binnen de WTL in de huidige vorm voldoende ruimte voor het merendeel van de mensen wier lijden in relatie staat tot de beleving van het eigen leven als ‘voltooid’ en die gerekend kunnen worden tot de onder 2 beschreven situatie van

‘voltooid leven’. Die ruimte is er niet voor de situaties van ‘voltooid leven’ zoals beschreven onder 3 en 4.

De adviescommissie heeft echter niet de indruk gekregen dat de vraag om hulp bij zelfdoding in deze situaties regelmatig aan de orde is. De adviescommissie adviseert dan ook, in het licht van bovenstaande, om het huidige juridische kader in stand te houden.”

Kabinetsreactie en visie op “Voltooid Leven”

“Al langere tijd wordt er discussie gevoerd over de vraag of mensen die klaar zijn met leven hulp zouden moeten kunnen krijgen om op een waardige manier en op een zelfgekozen tijdstip een einde te maken aan hun leven. (...) In de discussie gaat het over de groep mensen voor wie het leven geen betekenis meer heeft en voor wie het een (te zware) last is geworden om verder te moeten leven. (...) Bij afwezigheid van (ernstige) medische aandoeningen is er echter geen sprake van ‘uitzichtloos en ondraaglijk’ lijden met een medische grondslag, waardoor deze mensen niet in aanmerking komen voor euthanasie of hulp bij zelfdoding als bedoeld in de WTL. Hulp van derden is in die zin dan ook strafbaar. De vraag is op welke manier tegemoet kan worden gekomen aan de wens van deze groep mensen die uitzichtloos en ondraaglijk lijden aan het leven zonder medische grondslag, om meer regie te krijgen over hun eigen levenseinde.”

De Commissie Schnabel constateert “dat veel mensen met een voltooid leven ook een vorm van lijden hebben met een medische grondslag, waardoor hun euthanasieverzoek in principe gehonoreerd zou kunnen worden. In de praktijk wordt echter niet altijd de ruimte gebruikt die de ‘Wet Toetsing Levensbeëindiging’ (WTL) biedt, aldus de commissie. Aan de WTL zitten ook grenzen. De WTL gaat in de kern uit van de arts, die meent alleen recht te kunnen doen aan goede zorg voor de patiënt wanneer het verzoek tot levensbeëindiging wordt gehonoreerd. De arts heeft geen plicht tot het voltrekken van euthanasie, de patiënt heeft geen recht op euthanasie. Als de arts beslist tot het voltrekken van euthanasie, dan is dat in de eerste plaats vanuit barmhartigheid voor zijn medisch lijdende patiënt. (...) Verruiming van de WTL om de groep mensen die lijdt aan het leven zonder medische grondslag tegemoet te komen, is onwenselijk omdat de grondslag van hun doodswens fundamenteel anders is.”

Europese Hof

“Vanuit het persoonlijke belang beschouwd heeft eenieder het recht om te beslissen op welke wijze en welk moment in het leven iemand wil sterven, aldus het Europese Hof voor de Rechten van de Mens. Het Hof erkent sinds 2011 een recht op zelfdoding. (...) Autonomie dreigt een leeg begrip te worden als een individu met een voltooid leven dit leven niet kan beëindigen zonder de hulp van anderen en als tegelijk verhin-

derd wordt dat anderen in staat worden gesteld om hulp te bieden. Het respecteren van de autonomie van mensen impliceert het creëren van omstandigheden die mensen in staat stellen hun eigen leven vorm te geven, waaronder het eigen sterven.” “In de discussie over hulp bij zelfdoding bij een voltooid leven is de vraag dus of het nog wenselijk is te verhinderen dat de benodigde hulp wordt gegeven. Het kabinet is van mening dat het niet alleen een taak van de arts is om barmhartig te handelen, maar ook van de overheid om barmhartigheid te tonen daar waar het gaat om het maken van ruimte voor de eigen keuze van mensen voor wie het leven voltooid is, die uitzichtloos lijden aan het leven zelf en die dat leven weloverwogen willen beëindigen.

Recht op autonomie

De visie van het kabinet is om niet alleen dit recht op autonomie te erkennen, maar het ook vorm te geven, zodat recht gedaan kan worden aan de legitieme en groeiende wens van mensen in de samenleving die ook aandacht verdient. (...) Concreet betekent dit het maken van een extra uitzondering op de strafbaarheid van hulp bij zelfdoding, gebaseerd op het recht op autonomie en niet, zoals de huidige uitzondering in de WTL, uitgaande van de barmhartigheid van de arts. Dit vraagt om een apart wettelijk kader, met andere uitgangspunten dan de WTL, en bedoeld voor een andere groep mensen in onze samenleving. Hierdoor kan gewaarborgd worden dat de verworvenheden van de WTL behouden blijven.

Nuttige links

Coöperatie Laatste Wil: <http://www.laatstewil.nl>
Euthanasie-informatie in België bezien vanuit de overheid: <http://www.belgium.be/nl/gezondheid/gezondheidszorg/levenseinde/euthanasie>
Juristenvereniging Pro Vita (pleit voor de bescherming van het leven): <http://www.provita.nl>
Kamerbrief met kabinetsreactie op “Voltooid Leven”: <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2016/10/12/kabinetsreactie-en-visie-voltooid-leven>
Levensbeëindiging: <http://www.levenseindecounseling.com>
Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levensbeëindiging: <https://www.nvve.nl>
Regionale Toetsingscommissies Euthanasie, waar het rapport “Code of Practice” te vinden is en de link naar de euthanasiewet: <https://www.euthanasiecommissie.nl>
Stichting Levensbeëindiging: <http://www.levenseindekliniek.nl>
Stichting Waardig Levensbeëindiging: <http://www.eenwaardiglevenseinde.nl>
Wet Toetsing Levensbeëindiging: <http://wetten.overheid.nl/BWBR0012410/2014-02-15>



tekst: Ineke Koedam – www.weerschijn.nl

Het zelfgekozen einde

Veranderende stervenscultuur

Euthanasie is altijd 'uit vrije wil' en in die zin 'zelfgekozen'. Een patiënt vraagt en de arts voert de euthanasie uit, mits aan alle zorgvuldigheidseisen is voldaan. Een belangrijk misverstand is dat euthanasie een recht zou zijn. De wet regelt echter niet het recht op euthanasie maar geeft artsen de mogelijkheid om euthanasie toe te passen zonder strafrechtelijk te worden vervolgd. Als de eigen arts principiële bezwaren heeft en niet wil meewerken, is er altijd nog de Levensindekliniek (2012). Maar wie kiest er nu eigenlijk als het om een zelfgekozen einde gaat? Is het de ziel of de persoonlijkheid? En maakt dat uit?

Sterven is een bij uitstek persoonlijke beleving, gekleurd door eigen ervaringen, overtuigingen en cultuur. Specifieke aanwijzingen zoals bijzondere bewustzijnservaringen, veranderend gedrag en taalgebruik maken ons erop attent dat ziekte of ouderdom overgaan in een voorbereiding op de dood. Sterven is een intiem en hoogstpersoonlijk proces. Als iemand sterft en je bent daar getuige van dan weet je: 'hier gebeurt iets'. Want net als geboorte is sterven een kostbaar en wezenlijk proces in ons leven. We worden even uitgetild boven ons dagelijks bestaan en we kunnen misschien een glimp opvangen van een andere dimensie. De veranderende stervenscultuur in Nederland doet daar niets aan af.

Besluiten genomen vanuit vertrouwen in plaats van wanhoop verdienen altijd de voorkeur

Publiek sterven, zoals dat in 2015 zijn intrede deed door enkele Nederlanders die over hun aanstaande sterven spraken of schreven, lijkt op 15 februari 2016 voorgoed een andere dimensie te hebben gekregen. Aanvankelijk waren het enkele welbespraakte en ontwikkelde personen zoals Albert de Lange

die in het Parool een column schreef over zijn ophanden zijnde sterven of René Gude, filosoof en Denker des Vaderlands, die regelmatig aan tafel zat in DWDD om te spreken over 'hoe doodeenvoudig sterven is'. Op 15 februari 2016 echter werd Nederland opgeschrikt door de documentaire Levensindekliniek. De kliniek die mensen met een euthanasiewens 'helpt' waar eigen artsen daar eerder vanaf zagen.

De pijn van zich niet gezien weten

De documentaire geeft een indringend inkijkje in de wandel en handel van de Levensindekliniek. Drie mensen worden gevolgd op hun weg naar een waardig en zelfgekozen levenseinde. Een vrouw van 100, oud en der dagen zat. Een situatie die wordt aangemerkt als het 'voltooid leven' en die door onderzoeker naar 'ouderen en het voltooid leven', Els van Wijngaarden, wordt omschreven als 'het verdriet van de verloren verbinding'. Verder een man van 63, psychiatrisch patiënt, met ernstige dwanghandelingen en een mevrouw met semantische dementie. Het zijn de patiëntengroepen die buiten de Euthanasiewet vallen en op een uitzondering na geen gehoor krijgen bij de eigen huisarts. Deze mensen richten zich in al hun pijn en wanhoop tot de Levensindekliniek. Jaarlijks ontvangt de Levensindekliniek 1200 aanvragen en de verwachting lijkt gerechtvaardigd dat dit aantal alleen maar zal toenemen. Welk deel van het ondraaglijk lijden is gelegen in de pijn van zich niet gezien weten in alle kwetsbaarheid, afhankelijkheid en eenzaamheid? Voorop staat dat beslissingen rondom het levenseinde hoogstpersoonlijk zijn en kijkend naar de individuele mens lijkt er noch een pasklaar standpunt noch een oordeel over welke keuze dan ook



mogelijk. En toch dringt de vraag zich op wat de huidige ontwikkelingen zeggen over ons als samenleving en wat waardig sterven is.

De Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levensinde (NVVE) heeft zich de term 'waardig sterven' toegeëigend, maar hoe waardig vinden we het als samenleving om het spuitje te verkiezen boven de natuurlijke dood en dat ook nog eens publiekelijk te maken? De huidige ontwikkelingen roepen ons op zijn minst op daar grondig bij stil te staan.

Willen helpen, loslaten

Wat opvalt, is de wens van de Levensindekliniek om te willen 'helpen'. 'Help mij' doet een dringend en dwingend appèl op de hulpverlener, waarmee het vertrekpunt al is ingekleurd. Willen helpen wordt vaak ingegeven door een persoonlijke ervaring en heeft niet zelden een emotionele lading. Over wie zegt de uiteindelijke beslissing om het euthanasietraject in te zetten iets? Over de betrokken arts of over de persoon in kwestie? Existentiële pijn, pijn die bij het leven hoort en daarom ook wel bestaanspijn heet, is niet op te lossen voor de ander. Deze pijn dient doorleefd te worden en vraagt liefdevolle, aandachtige nabijheid. Laten we het willen 'oplossen' voor de ander loslaten. Zo ontstaat er ruimte om te dienen. De Levensindekliniek zegt immers dat 'het belang van de patiënt voorop staat'. Dat klinkt mooi. Maar is een patiënt gediend met het ingaan op zijn verzoek, of is er misschien iets anders nodig? Als we de beweging maken van helpen naar dienen zijn er wellicht andere uitkomsten mogelijk. Niet omdat dat moet, maar omdat besluiten genomen vanuit vertrouwen in plaats van wanhoop altijd de voorkeur verdienen.

Koetjes en kalfjes

Dat uitgevoerde procedures binnen de wet vallen, betekent nog niet dat iets goed is, dat het op zielsniveau klopt voor deze mens. De mensen die zich tot de Levensindekliniek wendden, willen namelijk helemaal niet dood. Zij willen niet meer lijden. Om de patiënt het antwoord in zijn innerlijk te laten vinden op de vraag wat er werkelijk nodig is, moeten er geen artsen van de Levensindekliniek worden ingezet die slechts het levenseinde voor ogen hebben. Zo gaf directeur Pleiter aan: 'over koetjes en kalfjes' wordt niet gesproken, 'het gaat direct over de euthanasiewens'. Maar is het niet zo dat juist het spreken over koetjes en kalfjes inzicht geeft in de waarden, normen en diepste drijfveren van deze mens? En is dat het niet wat betrokkenen tot het inzicht leidt of de wens van de patiënt op een dieper niveau klopt?

Dat de huidige ontwikkelingen een gevolg zijn van onze veranderende samenleving waarin medische vooruitgang en toegenomen individualisering hand in hand gaan, lijkt evident. Ze lijken breed gedragen te worden, maar wat een armoede gaat er schuil achter de ogenschijnlijke maakbaarheid van het sterven. Het kan ook anders.

Ervaringen van de ziel

De afgelopen vijftien jaar heb ik mij intensief bezig gehouden met sterven. Ik zat aan het sterfbed, nam waar hoe het stervensproces zich voltrok en leerde van de stervende mens over wie wij ten diepste zijn. Een spiritueel wezen. Ik leerde dat naarmate wij in staat zijn ons meer en meer te verbinden met het spirituele wezen dat wij zijn, identificatie met ons fysieke



Sterven
is de ultieme
vorm van
transformatie

lichaam vermindert. Niet alleen de gerichtheid op ziekte en de angst voor ouderdom en eindigheid nemen af, maar we gaan ook anders tegen ziekte aankijken. Ziekte en sterven worden, evenals andere gebeurtenissen in het leven, ervaringen van de ziel in plaats van een onherroepelijke tragedie, zoals wij ze gewoonlijk beschouwen. Daarnaast ben ik sterven gaan zien als een kostbaar en wezenlijk proces van ieder mens. Een proces dat ook autonoom is, waaraan we ons eigenlijk alleen maar kunnen overgeven. Voor velen van ons is dit niet gemakkelijk in deze tijd van eigen regie en zelfbeschikking. Het is werkelijk indrukwekkend als de persoonlijkheid terugtreedt, de ziel de leiding overneemt en het leven geleefd wordt totdat de stervende oog in oog staat met het nieuwe dat zich in deze overgang schuil houdt. Ik leerde dat als we sterven, als onderdeel van het leven, respecteren zoals zich dat voltrekt, er wezenlijk betekenis is te vinden in deze overgang.

‘Snap jij dat nou?’

Een mooi voorbeeld van de persoonlijkheid die de regie wil houden en het uiteindelijk de ziel is die het voor het zeggen krijgt, is de volgende ervaring van een verpleegkundige met haar terminale patiënt. Zij vertelde:

‘Zij was een markante vrouw die niemand meer aan haar bed wilde hebben. Zij wilde haar kinderen niet meer zien en dat was vreselijk voor ze. Dan zie je volwassen mannen huilend door de gang lopen omdat ze niet meer mogen komen.

De volgende dag zei ze tegen mij: “Snap jij dat nou, nu heb ik afscheid genomen van mijn kinderen en nu ga ik niet dood.” Ze was een zeer intelligente, ontwikkelde vrouw die chemie had gestudeerd. En zo dacht ze er dus over. Maar toen begon het hele proces pas dat zij met haar kinderen zou doormaken. Ze wilde dus niemand zien, maar dat was ook heel moeilijk voor haar.

Ondertussen werd ze steeds zieker. Toen een invaller door gebrekkige communicatie één van haar kinderen toch binnen liet, veranderde de situatie. Dan zie je hoe goed het soms is als iemand het even niet weet. Dat de dingen dan gewoon kunnen gebeuren. Plots was er een andere situatie ontstaan en wilde ze haar kinderen weer zien.

Die kwamen om de beurt om afscheid te nemen. Haar zoon streelde haar arm en zei: “Mam, dit is wat je altijd wilde.” Vroeg in de ochtend die daarop volgde, overleed ze in alle rust. Later bleek dat deze mevrouw altijd veel moeite had gehad om genegenheid te tonen, vooral naar haar kinderen toe. En nu kon ze dat wel.¹

Voor de verpleegkundige was dit een intense en indrukwekkende gebeurtenis. Dan zie je wat er allemaal nog mogelijk is, en soms ook nodig is in de laatste fase om het leven daadwerkelijk te kunnen loslaten.

De wijsheid van de natuur

Een man zat op een zonnige middag, in alle rust, te genieten in zijn tuin. Zijn oog viel op een cocon waar net wat beweging in kwam. Er verscheen een gaatje in de cocon en een vlinder probeerde met veel moeite door de kleine opening heen zijn weg naar buiten te vinden. Tot verwondering van de man was de geboorte van de vlinder een niet zo gemakkelijk proces. De vlinder was anderhalf uur bezig om te proberen uit de nauwe opening te komen. Hij raakte daardoor vrijwel uitgeput en deed plotseling helemaal niets meer. De man had medelijden met de arme vlinder en liep zijn keuken in, op zoek naar een schaar. Toen hij terugkwam met de schaar zat de vlinder nog altijd in de cocon, wachtend op wat nieuwe energie. De man knipte de rest van de cocon weg en nu kon de vlinder zich moeiteloos bevrijden.

Met een schok stelde de man echter vast dat de vlinder een gezwollen lijf en verschrompelde vleugels had. Hij zag hoe de kreupele vlinder over de grond strompelde en hij wachtte vergeefs op het spreiden van de vleugels. Wat bleek? In zijn medelijden had de man niet beseft dat het nauwe gaatje de wijsheid van de natuur voorstelde. De vlinder wordt namelijk gedwongen zich door een klein gaatje te wurmen omdat daardoor de levenssappen vanuit het lijf in de vleugels worden geperst. Het moeilijke geboorteproces was precies wat nodig was voor de vlinder².

Het verhaal van de vlinder illustreert wat mij betreft wonder-schoon hoe sterven de ultieme vorm van transformatie is. In dat proces van transformatie zouden we misschien graag willen dat anderen ons bevrijden van onze beperkingen en uitdagingen. En in onze onwetendheid zouden we anderen misschien ook wel willen bevrijden van hun beperkingen en uitdagingen. Maar laat het verhaal niet ook pijnlijk en duidelijk zien hoe ingrijpen in dat proces van buitenaf de transformatie gewelddadig verstoort en daarmee vergaande consequenties heeft voor wie het betreft?

Juist in die laatste uren en dagen kunnen er grote bewegingen plaatsvinden. Mensen die bijvoorbeeld hun leven lang erg hard voor zichzelf en anderen waren, zijn in staat zich in kwetsbaarheid over te geven. Of de mevrouw uit het voorbeeld die in haar laatste uren haar kinderen genegenheid kon geven, waardoor er veel werd geheeld. Een deel van wat zich in het stervensproces afspeelt, onttrekt zich echter aan ons zicht. We kunnen daarom niet uitsluiten dat alles wat nodig of wenselijk is voor de stervende, in de aanloop naar een zelfgekozen dood, wel degelijk plaatsvindt. En is dat niet het geval dan betekent dat wellicht slechts een kleine vertraging in het hele evolutieproces.

Naarmate wij in staat zijn ons meer en meer te verbinden met het spirituele wezen dat wij zijn, vermindert identificatie met ons fysieke lichaam

Inzicht

In zijn boek ‘HB, een nieuwe tijd breekt aan’ schrijft Ronald Jan Heijn dat, precies als bij iedere andere vorm van overlijden, het ook bij euthanasie belangrijk is dat de stervende enig inzicht heeft in wat hem te wachten staat. ‘In de meeste gevallen verloopt het moment van overlijden bij euthanasie, afhankelijk van de emotionele toestand en het persoonlijke niveau van bewustzijn van de stervende, op een vredige wijze. Dit komt doordat de voorbereidingen tot het moment van overlijden meestal goed met de dierbaren zijn besproken. Bovendien kan er op een gepaste en gewenste wijze afscheid worden genomen. Overlijden door middel van euthanasie heeft dan ook geen enkel gevolg voor het gehele stervensproces en ook niet bij het verblijf in het hiernamaals. Voor het bewustzijn betekent een zelfgekozen einde slechts een kleine vertraging in het proces van reïncarnatie, omdat de ervaringen die er tot aan een natuurlijke dood nog hadden kunnen plaatsvinden, nu mogelijk bij een volgend leven op aarde alsnog moeten worden beleefd. Ook voor degenen die helpen, op verzoek van de stervende, is er geen negatief karmisch gevolg.’

Zoals gezegd zijn keuzes in de laatste levensfase hoogstpersoonlijk en over individuele beslissingen kunnen we volstrekt niet oordelen. Wel pleit ik ervoor dat keuzes en beslissingen over het levenseinde voortkomen uit inzicht en vertrouwen in plaats vanuit angst en ongemak.

Ineke Koedam is initiatiefnemer en voorzitter
Landelijk Expertisecentrum Sterven
www.landelijkexpertisecentrumsterven.nl

¹ Ineke Koedam. In het licht van sterven. Ervaringen op de grens van leven en dood. Utrecht: Ankh Hermes, 2013.

² Ineke Koedam. Een andere kijk op orgaandonatie. Verkenningen van het stervensproces. Utrecht: Ankh Hermes, 2014.



tekst: Marion Berndsen - www.maylight.nl

Een blik vanuit de spirituele wereld op euthanasie

Uiteindelijk komen we allemaal te staan voor wat de één doodgaan noemt, de ander noemt het sterven en weer een ander noemt het overgaan. Overgaan is voor mij het prettigste woord, want we gaan tenslotte ook daadwerkelijk over. Toch zal ik in deze tekst ook praten over het stervensproces en wel op de momenten dat het beter in de tekst past. Bij het overgaan, gaan we over naar een andere dimensie, waarbij we een verruiming van bewustzijn verkrijgen. Daar zien we dat het aardse leven ging over je relatie met de Bron, onze oorsprong, oftewel God. Uiteindelijk is dat “het oordeel”.

Heb je werkelijk geleefd vanuit je hart, in verbinding met God? Wanneer je leeft vanuit je hart zal je liefdevollere beslissingen nemen en zal je meer rekening houden met je medemens. Je zal verbinding ervaren met al wat is. Dat is leven vanuit het hart, het hart dat verbonden is met het hartchakra. In het hartchakra bevindt zich de verbinding met de ziel. Daarom zal het leven vanuit het hart je ook de meeste verrijking brengen, oftewel daadwerkelijk je ziel verrijken.



Uiting van liefde of spijt

Ik heb mensen mogen helpen bij hun overgaan. Het proces tijdens het overgaan is prachtig, in feite is het net zo mooi als de geboorte. De aardse chakra's (met name de onderste drie: basis, heiligbeenchakra en vuurcentrum) sluiten zich, waardoor de mens bijna gedwongen is om vanuit het hart het eigen verleden te zien. Daarom spreken veel stervenden zich uit in hun gevoel. Je hebt het vast wel eens gehoord of werkelijk meebeleefd, dat een koppig iemand ineens toch contact wenste met iemand uit de familie die de stervende tijdens het leven nooit meer heeft willen zien. De koppigheid bevindt zich in het heiligbeenchakra. Doordat dit chakra zich sluit tijdens het stervensproces, verdwijnt de koppigheid en spreekt het hart. Een ander voorbeeld: de moeder die haar dochter nooit een woord van waardering heeft gegeven, maar die ineens op haar sterfbed uitspreekt dat ze van haar dochter houdt. Dat ze zelf ook vindt dat ze dit te weinig gezegd heeft, dat ze feitelijk altijd heel trots op haar is geweest.

Een oordeel rechtzetten

De beschreven voorbeelden heb ik zelf meegemaakt toen ik aanwezig was bij mensen die overgingen. Het is als het ware een oordeel dat de stervende nog tijdens het leven recht kan zetten. Of neem de moeder die jarenlang haar zoon niet heeft gezien als gevolg van een ruzie, een ruzie die misschien wel is gebaseerd op een misverstand. Zij spreekt uit dat zij haar zoon wil zien. De dochter neemt contact op met de zoon (haar broer) en zegt dat moeder hem wil zien. De zoon is bereid om zijn moeder te zien en te spreken, maar bevindt zich op dat



Het hart
reinigt het
wezen van
de mens

moment in Spanje. Hij zal die dag een vlucht boeken. Moeder rekt haar overlijden nét zolang tot de zoon bij haar is, ook al hebben de artsen voorspeld dat zij waarschijnlijk de avond niet zal halen. Zij houdt vol. Zij houdt zolang vol tot de zoon er is, bij haar bed en zij zich met hem kan verenigen en de ruzie is beëindigd. Ook dit is een voorbeeld waaruit blijkt dat op het moment dat iemand overgaat, de liefde het allerbelangrijkste is. Soms lijkt het of iemand zelf al biecht. Er zijn ook voorbeelden waarbij de mens die zich in een stervensproces bevindt niet meer kan spreken, maar het toch lijkt te proberen. Dikwijls heb ik gehoord: “Marion, wat wilde hij nog zeggen? Hij probeerde te spreken, maar ik kon hem niet verstaan.” Negen van de tien keer is het een uiting van liefde of van spijt. Het hart reinigt het wezen van de mens.

Overgaan: vaak een onbewust proces

Maar hoe zit het als iemand plotseling sterft? Achteraf kan men ook dan vaak zien dat er tekenen zijn geweest die verband houden met de dood. Nabestaanden vinden bijvoorbeeld ineens een brief of een aantekening, waarvan zij denken “Hoe is het mogelijk? Wist hij dat hij ging sterven?” Zulke brieven of aantekeningen hebben alles te maken met de voorbereiding naar het sterven toe. Dit proces speelt zich onbewust af. De mens weet niet bewust wanneer hij of zij overgaat. Er zijn jongeren die van kleins af aan wéten dat zij niet oud worden. Zij lijken daarin te berusten en zeggen het tegen familieleden om hen voor te bereiden. Er zijn jongeren die op hun onverwachte sterfdatum iets bijzonders in hun agenda hebben geschreven, of er ligt een gedicht op hun

bureau dat zij hebben uitgeknipt. Er zijn veel meer van dit soort ‘toevalligheden’. Ergens diep van binnen voelt men het aan, wanneer de datum van overgaan nadert.

Ergens diep van binnen voelt men het aan, wanneer de datum van overgaan nadert

Gemiddeld hebben we negen maanden in de moederschoot nodig om geboren te worden. Zo zijn er ook negen maanden ter voorbereiding tot het daadwerkelijke overgaan. Misschien kan je eens nagaan in je eigen omgeving of je deze signalen ook hebt gezien. Ik kan als voorbeeld mijn eigen moeder noemen, die op 88-jarige leeftijd overging. Mijn moeder was geen makkelijke vrouw, onze relatie verliep niet soepel. Haar ware hart begon ongeveer een half jaar voor haar overgaan te spreken. Ze stuurde me ineens een kaart met daarop “Ik hou van je.” Wanneer ik haar opzocht, vertelde ze me over haar eigen emoties, over de pijn in haar leven. Ze vertelde me dingen, waardoor ik haar meer begreep.

Een week of zes voordat ze stierf, belde ze me op en zei dat ze met me wilde praten. Het was belangrijk. Ze vertelde me dat



Waarom zou de Goddelijke wereld geen begrip voor euthanasie hebben?

ze wist dat ze niet makkelijk was geweest, voor zichzelf niet, maar ook niet voor mij en anderen. Ze was zich dat bewust. Ze wist dat ik een ander leven had dan de doorsneemens, dat ik een taak als medium heb. Ze zei me ook dat God het zo gewild had en dat ze feitelijk heel trots was om mij als dochter te hebben. "Ik heb je weleens dingen verweten, Marion, dat ik je te weinig zag, maar ik wil je zeggen dat je de liefste dochter bent, die een moeder zich maar kan wensen." We hebben haar gevonden in haar bed. Alsof ze sliep. Ze had het voorbereiden- de werk gedaan ook al was ze zich dat niet bewust.

Kent de ziel rust na euthanasie?

Grijpt euthanasie in op het proces van overgaan?

De vraag is nu of dit soort voorbereidende, met het overgaan gepaard gaande gebeurtenissen, ook plaatsvinden bij euthanasie. Het is een vraag, die ik dikwijls gesteld krijg. Want wordt in het geval van euthanasie het leven wel volledig geleefd tot het moment van het overgaan? Zijn juist die laatste momenten niet belangrijk? Kent de ziel rust na euthanasie? Is het geen moord? Laat ik voorop stellen dat ik de medische wetenschap zeer hoog heb zitten. Zonder de medische wereld had ik niet meer geleefd. Echter, diezelfde wetenschap heeft gemaakt dat het leven wordt verlengd. Wanneer de mens ziek wordt en niet wordt behandeld, volgt daar uiteindelijk het natuurlijke tijdstip van overgaan op. Door het inzetten van de levensverlengende middelen of handelingen, kan het lijden worden

gerekt. Natuurlijk hebben we daarin zelf onze keuze. De arts zegt: "Meneer (of mevrouw), we kunnen u niet meer genezen, we kunnen uw leven wél verlengen." Het is aan jou of je dat wilt. Jij maakt de beslissing. De medische wereld is zelfs in staat om een lichaam 'aan de gang' te houden. Zij kunnen veel voor je doen. Ze kunnen dus zelfs je leven verlengen, maar als het op is, is het op. Vaak wordt de ziekte in haar felheid afgeremd en is men in staat om nog orde op zaken te stellen. Soms ziet men een levensverlenging als een cadeau-tje, want "men kan de eigen begrafenis of crematie regelen en de muziek uitkiezen." Soms ziet iemand het als een hel.

Het is onze vrije wil

Hoe dan ook, er komt een moment waar men aangeeft niet langer vol te kunnen houden. Het is klaar terwijl het lichaam nog steeds doorgaat. Het is de ziel, die aangeeft dat het klaar is. In feite was de desbetreffende persoon allang over geweest, ware het niet dat het lichaam door medicijnen als chemokuren nog een tijd heeft kunnen doorleven. De spirituele wereld zal hierop geen oordeel leggen. Het is onze vrije wil. Wanneer men de extra tijd nog even heeft 'gepakt' en vervolgens besluit dat het zo niet langer gaat, is er de mogelijkheid om te sterven door middel van euthanasie. De reiniging is reeds doorgemaakt, het proces zoals ik hierboven beschreef, is reeds gedaan. Euthanasie zit dat niet in de weg. Men 'voelt' 'Het is klaar'. De oorspronkelijke datum van overgaan is al gepasseerd door de levensverlenging. De spirituele wereld wacht geduldig en begeleidt de mensen die dit proces doormaken.

Er zijn momenten geweest waarin ik mensen heb begeleid die overgingen door middel van euthanasie. Deze mensen waren er inderdaad klaar mee en zijn in overgave gegaan. Via mijn waarnemingen kon ik hen vertellen wie ik 'zag'.

Bijvoorbeeld een overleden moeder of vader, of grootouders, of een kind. Daar werd men rustig van en blij. Zoiets zie je. Ik heb ooit eens een reeds overgegene moeder gezien die haar dochter op stond te wachten bij het sterfbed. De vrouw strekte haar armen uit naar haar dochter toen de vloeistof toegediend werd. Ik zag hoe het energielichaam, de ziel, zich heel rustig losmaakte van het aardse lichaam. En net als bij een normaal stervensproces, zag ik geen onrustige of vervelende beelden. Dit heeft mij duidelijk gemaakt dat euthanasie is toegestaan en dat er geen gevolgen aan vastzitten bij het overgaan.

Het 'geluk' zich bevindt in de eeuwigheid

Wat in het geval van geestelijk lijden?

Een wat lastiger onderwerp is euthanasie in het geval van geestelijk lijden. Mensen die door middel van euthanasie een einde aan hun leven willen maken, omdat zij het leven niet aankunnen. Toch kunnen we ook hier spreken van ziekzijn. Ik kan me voorstellen dat iemand voor een dergelijke begeleiding kiest daar de schok voor de nabestaanden er dan niet is. Het is tenslotte afschuwelijk om iemand te vinden na een zelfdoding. Ik heb meermaals de vraag gehoord: "Is zelfdoding karmisch? Wordt men voor zelfdoding gestraft?" Mijn antwoord is dat iedere ziel alles moet meemaken om uiteindelijk tot verlichting te komen. Wat verlichting is? Het moment dat de ziel alles heeft doorleefd en inziet dat het aardse bestaan ons niets brengt. Dat het geluk zich bevindt in de eeuwigheid. Zelfdoding, of een ervaring als nabestaande van iemand die zelfdoding heeft uitgevoerd, is een ervaring die nodig is voor de ziel om zich te kunnen onthechten. We proberen op aarde alles te begrijpen, maar onze hersenen zijn te klein om alles volledig te kunnen begrijpen. Ik kan door mijn ervaringen en waarnemingen alleen maar concluderen dat euthanasie door de geestelijke wereld wordt begrepen. De aardse mens heeft begrip voor euthanasie, waarom zou de Goddelijke wereld daar dan geen begrip voor hebben? Als alles liefde is...



Marion Berndsen heeft sinds 1995 haar eigen praktijk als medium. Zij is begonnen in Amsterdam en voert sinds december 2015 haar praktijk én opleidingsinstituut in Uden (Noord-Brabant). Binnen dit opleidingsinstituut geeft zij onder meer een module Spirituele Stervensbegeleiding.



Bloesemremedies, euthanasie en de ziel van de mens

Bij euthanasie is er natuurlijk allereerst de vraag: Waarom wil iemand euthanasie plegen? Is degene het leven moe? Is de ziekte te zwaar? Heeft iemand geen menswaardig bestaan meer en wat is de reden dat het leven niet op een natuurlijke manier stopt? Hoort deze lijdensweg bij de lessen van het leven of is het juist de levensles die je leert om een bewuste keuze te maken in het beëindigen van je leven?

Mag je ingrijpen in het proces van leven? Moet je op de aarde blijven en het lijden tot in de diepste diepte doorleven? Of is het misschien wel juist de keuze van de ziel om via euthanasie het leven te beëindigen? Maakt het eigenlijk uit of de keuze bewust of onbewust is? Heb je als mens niet de vrijheid om te beschikken over je eigen leven? Waarom zou je alle diepe pijnen tot in het diepste van je cel moeten ervaren? Wie heeft je dat verteld?

Aanvullen van wat je tekort komt

Met de bloesemtherapie leer je, dat wanneer je een emotie zoals verdriet ervaart, je dit niet tot in het oneindige hoeft uit te werken. Het gaat tenslotte om de aanvulling en de verbinding met de eenheid. Het aanraken van of het verbinden met een oude emotie blijkt al genoeg te zijn om oude emoties te kunnen verwerken. Dit werkt het sterkste en duidelijkste, wanneer je je bewust bent van het proces. Daarbij is de les, dat je het tegenovergestelde leert aanvullen van wat je tekort komt. Dit is de enige weg van de groei en ontwikkeling van de ziel. Zonder deze aanvulling blijft het negatieve bestaan en blijft het probleem terugkeren net zo lang tot de les is geleerd. Door de aanvulling van het tegenovergestelde kan het probleem de klacht loslaten en kun je verder leren, doordat je een nieuwe uitdaging (probleem) krijgt.

Wordt het geen tijd dat er een besef ontstaat dat je vrij bent om je weg te kiezen?

Moment van ervaring

Is uiteindelijk het overgaan, het sterven ook niet een nieuwe uitdaging? De mens is een bewust geworden verschil, dit wil zoveel zeggen, dat de mens de verschillen waarneemt van twee onbekenden. Een verschil ontstaat, doordat er een positieve en een negatieve polariteit is die samen weer een drie-eenheid vormt. Zou je dit in getallen verklaren, dan kan bijvoorbeeld iemand een 9 zijn, dit kan het verschil zijn tussen 11 en 20, maar ook 100 en 109, dit gaat eindeloos door. Hier kun je een klein stukje van onze oneindigheid begrijpen. Maakt het vanuit de oneindigheid uit of je ervoor kiest om euthanasie te plegen of dat je doorgaat in de pijn? Uiteindelijk is er een moment van ervaring. Dat wat de ziel moet leren is het belangrijkste voor de ontplooiing van de mens. De ervaring is de maatstaf van waaruit de mens handelt. Iemand die al een oorlog heeft meegemaakt en de ellende ervan ervaren heeft, bewust of onbewust, zal hier niet meer voor kiezen.

Welke les heb je te leren, wanneer je kiest voor euthanasie?

Met het overlijden ga je van het leven naar de dood. De dood is het gebied waar er geen tijd is en ook de verschillen niet waargenomen worden. Je bent daarmee uit je lijden: overlijden. (over het lijden heen) Er is niemand die je zal verplichten dat je moet lijden, geen enkele godheid. De enige waaraan je verplicht bent is jezelf. Je bent zelf verantwoordelijk voor je keuze. Wanneer het lichaam niet meer in staat is om te functioneren, stopt het. Mag je daarmee ook de geest hiermee gelijk stellen? Kun je dit gelijkstellen met de geestelijke wereld? Wanneer de geest niet meer in staat is om te functioneren kan het dan stoppen? Of mag dit niet? Wordt het geen tijd dat er



een besef ontstaat dat je vrij bent om je weg te kiezen? Wanneer je eraan toe bent om te gaan, wanneer de geest de grens heeft bereikt en de rek er uit is, wie zal daar over kunnen oordelen? Jij alleen weet hoe ver je al over de grens bent gegaan en dat het einde is bereikt. Hoe moet je dit nu doen? Voor de trein springen en een heleboel mensen en familieleden met pijn en trauma achterlaten? Of op een gekozen moment bewust afscheid nemen en op een vredige en rustige manier samen je leven beëindigen?

De ervaring is de drijfveer

De mens als volwaardig universeel wezen, die de groei en inzichten nodig heeft om bij het licht te komen, zal ook dit deel van het leerproces nodig hebben om verder te komen in zijn/haar evolutie. De mens is bewust geworden en zal op het pad van de evolutie iedere keer weer voor nieuwe dilemma's staan. Maar uiteindelijk gaat het proces verder. Je houdt niet op met je bestaan, maar je bewustzijn heeft weer een ervaring opgedaan. Of dit nu verdriet, blijdschap of euthanasie is, de ervaring is datgene wat de drijfveer is. Maakt het uit of je een verkeerde keuze maakt? Nee, want verkeerde keuzes bestaan er niet. Daar ben je alleen maar bang voor geworden door je opvoeding en je school. Wanneer je inziet dat iets niet werkt, dan is dit een wezensbelangrijke les. Want vanuit deze ervaring weet je, dat het niet de goede weg is. Hierdoor maak je vervolgens weer een nieuwe keuze, waardoor de groei van het bewustzijn verder kan. Wanneer het stervensproces geen uitkomst meer biedt om nog ervaringen op te doen, dan zijn er nog weinig andere mogelijkheden. Je kunt natuurlijk tijdens een ziekte of emotioneel lijden veel ervaring opdoen. Je kunt veel oude pijnen erdoor loslaten en je kunt van bijvoorbeeld een negatieve persoonlijkheid, in de periode van het begin van je ziekte tot je sterven, uitgroeien naar een liefdevolle en warme persoonlijkheid. Maar wanneer er geen contacten meer mogelijk zijn met je omgeving en je alleen nog maar gevangen



bent in lijden en geestelijke pijn, dan bestaat er geen mogelijkheid meer tot groei en de wens om hier op aarde te blijven zal snel verdwijnen. Dan is euthanasie een bevrijdende keuze. Bevrijd worden uit de gevangenis waar het alleen nog maar martelen is. Wanneer je in deze situatie zit, zal de keuze voor euthanasie voor iedereen op dat moment de enige zijn.

Het pellen van de ui

Aan het einde van je leven, zie je eigenlijk alleen nog maar dat laatste moment. Om de confrontatie met dit laatste moment te voorkomen, is het belangrijk dat je al eerder aan jezelf gaat werken. Je hoeft natuurlijk geen onderhoud aan je auto te plegen, maar wanneer je uiteindelijk stilstaat, moet er zoveel gerepareerd worden dat dit niet meer gaat. Je laat dan ook het oude los en gaat verder met het nieuwe. De les die de ziel uiteindelijk daarmee hoopt te leren, is dat het belangrijk is om te gaan werken aan jezelf. Je gaat onderhoud plegen. Nu kun je al met dit onderhoud beginnen. Juist de bloesemremedies zijn de instrumenten die je helpen om je auto op de weg te houden. Waardoor je op een gemakkelijke manier aan het einde van de rit kunt overstappen in een nieuwe auto. Een eerste keuze waarmee je kunt beginnen is het mooiste en minst mooie plaatje. Dit kan een start zijn om laag voor laag te beginnen met het pellen van de ui.

Ondersteunende remedies

Een belangrijke remedie bij alle overgangen is de Engelwortel, voor de hulp en de bescherming vanuit het rijk van de Engelen. Je kunt ook de Purple Flower gebruiken voor het rustiger maken van het denken en voor de verbinding van het hart. De Cel-energie en de Engelpoort helpen je bij het decoderen en loslaten van je oude patronen, om weer open te kunnen staan voor het nieuwe. Voor de ondersteuning van de mensen die in de tussenwerelden vast zijn blijven zitten is er de Divine Angel. Hiermee kun je de zielen bevrijden die gevangen zijn in hun eigen geloof.



tekst: Marianne Notschaele-den Boer, RHA Publishing - www.vorigelevens.nl

Euthanasie, reïncarnatie en zielsontwikkeling

Geboorte, leven en dood zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wie in reïncarnatie gelooft, gaat ervan uit dat we na de dood terugkomen om opnieuw geboren te worden, te leven én te sterven. En dat meerdere keren, om als ziel ervaringen op te doen op aarde en tijdelijk, gedurende een leven, plaats te nemen in een mensenlichaam. Voordat je opnieuw aan wedergeboorte toekomt, moet je hoe dan ook kennismaken met het sterfproces. We gaan allemaal een keer dood.

In onze maatschappij waarin autonomie steeds belangrijker gevonden wordt, willen veel mensen in toenemende mate het heft in eigen hand nemen, ook daar waar het hun sterfmoment of wijze van sterven betreft. Door de keuze voor euthanasie komt de regie krijgen over eigen leven en dood dichterbij dan ooit. In Nederland vragen jaarlijks ongeveer 34.000 mensen om euthanasie voor 'later, als het ooit nodig mocht zijn' en 13.500 mensen om euthanasie 'binnen afzienbare tijd'. Het aantal euthanasieverzoeken – het actief beëindigen van een leven door een ander: eerst iemand in coma brengen, daarna een middel toedienen waardoor de ademhaling stopt – stijgt de laatste jaren gestaag. Mantelzorgers, hulpverleners en artsen raken meer en meer betrokken bij zorg die hoort en past bij langdurig ernstig zieke patiënten, en bij zorgtaken die voorafgaan aan een naderend afscheid (verlies/verdriet/rouw), palliatieve sedatie, stoppen van levensverlengende behandelingen, euthanasie en hulp bij zelfdoding.

Discussie

Het woord euthanasie staat voor 'goede of milde dood/genadedood' en is afgeleid van het oud-Grieks, waar eu goed en thanatos dood betekent. In de Dikke van Dale staat: "het op hun eigen verzoek bespoedigen van de dood of ter dood brengen van hevig lijdende, ongeneeslijke zieken". De betekenis van 'op eigen verzoek' is min of meer duidelijk, maar wat we precies moeten verstaan onder 'hevig lijden' is lastiger te definiëren. Zoveel mensen, even zoveel gedachten, meningen en overtuigingen over waardig afscheid nemen van het leven, sterven met of zonder pijn, met of zonder verwachting dat er

na de dood iets is. Niets, hemel, hel of mogelijkheid tot wedergeboorte? Discussies rondom euthanasie gaan vaak over in hoeverre artsen zich aan wettelijke voorschriften en regels moeten houden bij handelingen die het sterven zonder al te veel lijden mogelijk maken, of over wat ondraaglijk lijden precies inhoudt. Om patiënten pijnloos en waardig te laten sterven wordt er gewikt en gewogen, en gezocht naar goede oplossingen voor alle betrokkenen.

Hoe bewuster iemand bezig is met zijn/haar naderende einde, des te beter het betreffende leven emotioneel goed kan worden afgerond

Bij terminaal zieke patiënten is het zichtbaarder voor de buitenwereld, wanneer het fysieke lichaam met onhoudbare pijnen en functie-uitval te maken krijgt. Geestelijke pijn is moeilijker te benoemen en lang niet altijd merkbaar voor anderen. Bepalen in welke mate iemand lijdt, nog bij het volle verstand is of dementerend, of in hoeverre er sprake is van wel of geen voltooid leven, is geen sinecure. Wie heeft het recht te oordelen over persoonlijk lijden? Jijzelf – de ziel die bij de geboorte plaatsnam in het lijf waarin je je nu bevindt –, of een ander, een neutrale buitenstaander, een betrokken huisarts,



hulpverlener of familielid? Ik vind dat iedere ziel, ieder mens, zelf invloed mag uitoefenen op zijn of haar levenseinde, zolang er maar goed over is nagedacht. Hoe bewuster iemand bezig is met zijn/haar naderende einde, des te beter het betreffende leven emotioneel goed kan worden afgerond. Dankzij bewuste levensbeëindiging kan zielsenergie een gestorven lichaam makkelijker verlaten en loslaten opdat de ziel daarna – ervaringen rijker – verder kan gaan met groei en ontwikkeling.

Ik wil graag dood

Een van mijn oma's verbleef op het einde van haar leven, toen ze ver in de tachtig was, in een verzorgingstehuis. Ze werd omringd door lieve familieleden, hulpverleners en betrokken verplegend personeel. Toch zei ze regelmatig tegen me op klagelijke toon, als ik haar een bezoekje bracht: "Ik wil zo graag dood, maar het mag niet van de dokter. Kun jij niet een pistool voor me meenemen? Wil jij me niet doodschieten?" Haar psychisch lijden was groot, ze kwakkelde met haar gezondheid, had last van beginnende dementie en werd langzaam blind. Haar kinderen en kleinkinderen probeerden haar telkens van het tegendeel van willen sterven, te overtuigen. Wij vrolijkten haar op, wezen haar op alle dingen waarvan ze nog kon genieten. Wij konden haar niet missen, ze had toch ook haar goede dagen? Was dat egoïstisch van ons?

Verzadigingspunt

Mijn oma wilde dood, voor haar hoefde het leven niet meer. De huisarts constateerde dat ze niet genoeg leed, ze had immers voldoende heldere momenten en was redelijk ter been. Op dagen dat ze zich goed voelde 'holde' ze een stukje door

de gangen van het verpleegtehuis, de rollator voor zich uit duwend, lachend roepend: "Opzij, opzij! Kijk, eens hoe hard ik ga!" Uiteindelijk stierf ze zonder medisch ingrijpen, nadat ze zelf had besloten niet meer te eten en drinken. Ze was het leven zat en hongerde zich uit. Goedbedoelende verpleegsters probeerden haar toch te laten drinken, maar zij 'won'. Dit speelde ruim tien jaar geleden. In de periode dat mijn oma regelmatig vroeg of er niet iemand was die ervoor kon zorgen dat ze 'dood mocht', was euthanasie stukken minder bespreekbaar dan tegenwoordig. Nu denk ik, misschien was het beter voor haar geweest als ze eerder had mogen sterven, ze had genoeg van haar leven. Het begrip 'voltooid leven' kenden we toen nog niet. Was oma's leven werkelijk voltooid? Ik durf dat niet met zekerheid te zeggen. Wel is duidelijk dat ze haar verzadigingspunt bereikt had. 'Verzadigd leven', een term die een negentigjarige man onlangs hanteerde, vind ik eigenlijk beter en passender. Dood willen, dood mogen gaan... Het verschilt van geval tot geval, van persoon tot persoon, van ziel tot ziel. Dat is precies waarom het zo moeilijk is om euthanasie aan regels te binden. Wat voor de één geldt, geldt niet voor de ander, en omgekeerd.

Een vorig leven helen

Als je niet uitgaat van het bestaan van reïncarnatie, hoef je je in discussies over euthanasie niet te buigen over mogelijke gevolgen op zielsniveau. Als je sec dit ene leven van iemand bekijkt, kan het er uitzien alsof geestelijke pijn of lichamelijke pijnen bij ziekte en sterven volkomen nutteloos zijn. Willekeur, iemand heeft domweg pech gehad. Echter, wanneer je voorgaande en/of komende levens van een ziel betreft bij het



Hoe je met
pijn en het
sterfmoment
omgaat, is
zielsafhankelijk

waarom en wanneer van sterven, is doodgaan op een specifieke manier of een speciaal moment mogelijk minder zinloos en toevallig. Het is zelfs te zien als onderdeel van een groter geheel van oorzaken, gevolgen en levenslessen. Als regressie- en reïncarnatietherapeut ga ik ervan uit dat pijn onderdeel kan uitmaken van wat een ziel hier op aarde in een mensenlichaam komt doen: leren omgaan met geboren worden, leven, emoties, relaties, situaties, sterven... Hoe je met pijn en het sterfmoment omgaat, is zielsafhankelijk. Het ene leven heb je omstandigheden waaronder je sterft niet zelf in de hand (plotselinge dood door een ongeluk, vermoord worden), in een ander leven heb je die mogelijkheid wel, eventueel door te kunnen kiezen voor euthanasie. In een voorgaand leven kon je misschien geen afscheid nemen van dierbaren voordat je stierf, nu kun je wellicht met euthanasie het tijdstip van sterven beïnvloeden en vooraf bewust(er) afscheid nemen van degenen van wie je houdt.

Herkenning uit een eerder bestaan

Vriend D., inmiddels overleden, werd bij zijn verzoek tot euthanasie ondersteund en goed geholpen door zijn eigen huisarts. Na een lang ziekbed kreeg hij enkele dagen voor zijn geplande overlijden een bijzonder inzicht. Hij vertelde me dat hij 'de arts die hem nu een spuitje ging geven' herkende uit een eerder bestaan. In een vorig leven stonden D. en de arts als jonge mannen tegenover elkaar als vijanden op een strijdveld, elkaar bevechtend met zwaarden tot de dood erop volgde.

Bloederige taferelen, verre van pijnloos. In het hier-en-nu herstelden D. en zijn arts, onder andere door hun vele gesprekken over de naderende, zelfgekozen dood van D., het ooit verstoorde evenwicht in hun relatie. Voor D. was dit spontane inzicht van groot belang; hij ervaarde zijn huidige sterven als 'rustig en minder bloederig'. Hij keek uit naar euthanasie, zijn zachte dood, thuis in zijn eigen bed, in het bijzijn van familie die van hem hield én een 'oude vijand' met wie hij inmiddels bevriend was geraakt.

Ingrijpen?

Als wij, mensen, een pijnlijk sterven als zielservaring zouden kunnen zien in het kader van reïncarnatie en een levensles op het gebied van emoties en relaties, nodig om spiritueel te groeien, zouden we dan minder snel euthanasie overwegen en ons huidige leven op zijn beloop laten? Wat mijn oma betreft, was het nodig voor haar zielsontwikkeling dat ze leerde omgaan met een haperend lichaam, teruglopende gezondheid op lichamelijk en geestelijk niveau? Profiteerde haar ziel optimaal van levenslessen die dat opleverde? Was het misschien beter geweest de dood vroeger te laten komen dan gepland? Of zou ze met een keuze voor euthanasie juist hebben ingegrepen op de route die ze als ziel moest afleggen op haar levenspad? Als helderziende kan ik nu en dan een blik werpen 'vooruit in de tijd'. Bij de ene persoon staan grote toekomst-gebeurtenissen, zoals een sterfmoment, 'vast in de tijd',

daaraan valt niet te tornen; bij een ander is op termijn nog van alles mogelijk en kan het sterfmoment verschuiven, naar voren, dichterbij, of naar achteren, verder weg in de tijd. Ik vind dat apart, maar ben er nog niet uit of dit te maken heeft met de 'vrije wil' van de mens of met iets anders. Aan de hand van paranormale ervaringen in mijn eigen leven begrijp ik steeds meer over de wereld van de levenden en de onzichtbare wereld van de doden, en andere dimensies waar zielsenergieën tijdelijk vertoeven voordat ze opnieuw incarneren.

Als ziel koos ik mijn ouders vóór mijn geboorte al uit, daarbij lettend op een juiste match ouders + zielsenergie + lichaam om een leven lang van alles te kunnen leren als mens. Mijn gekregen tijd op aarde zit ik graag helemaal uit, met alle plussen en minnen die voor mij als ziel bij dit huidige lichaam, dat ik nu heb, horen. Inclusief alle ups & downs en alle gezondheidsperikelen die ik tegen kan komen. Euthanasie vind ik een prachtig middel voor anderen om in te zetten bij het sterven, maar is voor mij geen geschikte optie. Ik wil als ziel zoveel mogelijk leren in en dankzij dit vrouwenlichaam, zelfs over pijn en hoe te sterven.

Meningen van collega's

Op Facebook informeerde ik binnen mijn kennissen- en vriendenkring of er regressie- en reïncarnatietherapeuten waren met een uitgesproken mening over euthanasie met betrekking tot reïncarnatie. Hieronder volgen een paar reacties.

Therapeut Yvonne Maree: *"Ik ben van mening dat wij als ziel autonoom recht hebben om zelf te beschikken over ons lichaam en leven. En dat we zelf mogen beslissen wanneer we 'naar huis' gaan. Zeker wanneer je dit leven plaatst in het grotere geheel van de reis van onze ziel door vele incarnaties heen. Waar we als mens het meeste last van hebben, zijn de keren dat we onbewust zijn gestorven of dat ons het leven is benomen op een manier dat alle macht over onszelf werd afgenomen. Het kan naar mijn mening een zeer helende beweging zijn om zelf het beslissende woord te mogen hebben. Hiermee kan een cyclus van machteloosheid doorbroken worden. Ik heb het gevoel dat dit ook in het levenseinde een grote opluchting met zich mee kan brengen en een volgende incarnatie vrijer maken."*

Vriendin Inge B., die geen therapeut is, meldde: *"Ik denk soms als het sterven in een vorig leven een ontzettende lijdensweg is geweest, dat je dan daar de lering uit hebt kunnen halen van 'dat nooit meer'. Waardoor in een overeenkomstige situatie, in een ander leven, euthanasie onderdeel uitmaakt van een 'groeiproces'. En dat het los kan staan van een leven al dan niet 'niet voltooiën'."*

Therapeut Willemijn Luyendijk reageerde hierop met: *"Precies! Je voltooit dan misschien niet het huidige leven tot het einde, maar je voltooit wel een trauma uit een vorig leven."* En: *"Spiritueel gezien*

vind ik, dat iedere ziel zijn/haar eigen keuzes mag maken. Er staat geen straf op van 'hogerhand', naar mijn weten."

Therapeut Laura Dagers-de Koning stelde: *"Zelf denk ik dat je niet je leven moet nemen. Omdat dit kan doorwerken in je volgende levens."*

Meningen van collega's overlappen elkaar of vullen elkaar aan. Volgens mij heeft ieder mens, iedere ziel, de vrijheid zelf zijn/haar weg te kiezen, ook daar waar het gaat om een keuze voor euthanasie. Ik respecteer ieders mening en vind het een goede zaak dat een moeilijk onderwerp als euthanasie van verschillende kanten belicht wordt, óók vanuit de reïncarnatiegedachte.

Bewust sterven

Facebook-kennis Annie L. schreef: *"Ik denk dat een en ander afhangt van bewust afscheid nemen of sterven, al dan niet met hulp. Met actieve of passieve euthanasie neemt iemand (hopelijk) bewust afscheid. Misschien wel bewuster dan iemand die plots komt te overlijden..."* Ik ben het met haar eens. Het is echt van belang dat degene die euthanasie ondergaat ten volle beseft dat het stoffelijk lichaam waarin hij/zij tijdelijk als ziel zit, ophoudt te bestaan, dat het leven werkelijk eindigt, dat er goed afscheid wordt genomen van dierbaren die achterblijven, dat er qua emoties geen losse eindjes meer zijn. Pas dan kan zielsenergie zich voor de volle honderd procent losmaken van een gestorven lichaam om verder te reizen naar andere sferen, op naar volgende incarnaties.

Therapeut Charlotte Muthesius gaf aan: *"Ik vind het heel moeilijk om hierover een mening in het algemeen te hebben. Het varieert van geval tot geval. Er worden kinderen met narcose geboren en er sterven mensen onder narcose. Het is belangrijk dat degenen wier sterven met verdovende middelen wordt ingeleid, bewust dat kunnen beslissen en hun 'huis' op orde hebben gebracht. Een goede begeleiding is eerste vereiste en dus ook een goed afscheid van nabestaanden en van het leven, al dan niet met gemiste kansen. Als er liefde om die mens is, is euthanasie niet schadelijk, denk ik."*

Therapeut Anita Groenendijk meldde: *"Ik heb gemerkt dat mensen vaak nog (delen) van overledenen met zich meedragen die gestorven zijn onder invloed van morfine. Juist door de morfine raakt een deel van de geest verdwaald en hecht zich dan aan de meest openstaande/daarvoor gevoelige naaste. Als we dat op het spoor zijn gekomen laat ik de achtergeblevene, die mijn cliënt is, helpen de morfine-energie uit te blazen, waarna de overledene alsnog helemaal naar de zielenwereld kan. Ik ben geen tegenstander van euthanasie, er zit zoveel aan vast, maar ik ben wel een voorstander van betere nazorg aan overledenen. Bij een plotseling sterven, of sterven onder invloed van geestbeïnvloedende middelen zoals morfine, blijft vaak een deel van de persoon in verwarring achter en hecht zich aan een plek of persoon, en dat kan voor zowel de gestorvene als mensen die ermee in aanraking komen ongewenste effecten hebben."*

Ieder mens
krijgt te maken
met doodgaan;
ons lichaam is
eindig, onze ziel
onsterfelijk

Gevolgen van pijn mijden bij het sterven

Ook ik kom in privésituaties – ervaringen met familie, vrienden en kennissen die voor euthanasie kozen en stierven – en als therapeut, bij cliënten in mijn praktijk (sterfervaringen in vorige levens), zelfs bij mijn overleden huisdieren die door de dierenarts een euthanasiespuitje toegediend kregen, vergelijkbare zaken tegen. Toegediende of ingenomen verdovende medicatie (morfine, drugs, grote hoeveelheden alcohol, vergif, medicinale papjes in vorige levens) vlak voor een sterfmoment, zorgt er in ruim driekwart van de gevallen voor dat de ziel na het sterven van het lichaam niet helemaal begrijpt dat het een dood lijf kan en mag verlaten. Gedurende korte of langere tijd raakt de ziel de weg kwijt. Het gevolg: veel zielsenergieën/entiteiten die niet op doorreis gaan naar volgende levens, maar blijven rondzolen in de buurt van personen die ze kennen of bij locaties waar ze stierven.

Een ander nadeel van 'verdoofd sterven', is dat de ziel rondom het sterfmoment in staat is woorden/gesprekken van omstanders te registreren, maar niet goed kan plaatsen of dit woorden/gedachtes zijn van hem/haarzelf of anderen. Fluistert iemand zachtjes 'ik houd van je, ik laat je gaan of goede reis', dan is dat best in orde. Sterft iemand onder verdoving terwijl hij/zij akelige verwensingen als laatste opvangt, dan kunnen dergelijke beladen woorden in volgende levens helaas negatief doorwerken. Heel bewust sterven, zonder verdovende middelen, ervarend wat er in je lichaam gebeurt en begrijpen dat je lijf sterft, in combinatie met goed (emotioneel) afscheid nemen van wat en wie je achterlaat, doet een ziel beseffen hoe en wanneer een bepaald leven stopt. Dat kan met enorme pijn samengaan, maar levert ten positieve op dat de zielsenergie die het lichaam verlaat sneller, makkelijker en als geheel verder kan zonder 'te blijven hangen'.

Leren

We staan pas aan het begin van ontdekken hoe het zit voor de mens op het gebied van leven, dood en wedergeboorte. Sta je open voor het idee van reïncarnatie, dan kun je op een dag het 'moeten sterven' hopelijk in een breder kader plaatsen en het zien als leerproces. In het ene leven sterven we volkomen onverwacht, in een ander leven zien we het sterven lang tevoren aankomen en is euthanasie mogelijk een vrije keuze. Ieder mens krijgt te maken met doodgaan; ons lichaam is eindig, onze ziel onsterfelijk.

Gebruikte bronnen: internet Wikipedia, de 'Dikke van Dale', websites www.knmg.nl, www.nvve.nl, www.rijksoverheid.nl m.b.t. onderwerpen als levenseinde, euthanasie, cijfers sterfgevallen euthanasie.

Met dank aan Inge B., Annie L. en regressie- en reïncarnatetherapeuten Laura Dagers-de Koning, Anita Groenendijk, Willemijn Luyendijk, Yvonne Maree en Charlotte Muthesis (quotes via Facebook).

COLUMN JONG, HIP & BEWUST

tekst: Gerard Ekelmans - www.nvvejongeren.nl

De NVVE Jongeren

Vier jaar geleden richtte een enthousiaste groep jongeren een jongerenafdeling op van de Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levensende (NVVE).

De NVVE Jongeren focust zich op de leeftijdscategorie 16 tot 40 jaar met als doel om het zelfgekozen levensende te vergemakkelijken. Op zich is de leeftijdscategorie breed. Een deel zal lang niet door iedereen als 'jong' worden beschouwd. Maar wanneer je het over de dood hebt, is 40 nog steeds erg jong.

Café Doodnormaal

Eén van de activiteiten die we hebben opgezet, is het maandelijkse Café Doodnormaal. In een café ergens in een (studenten) stad gaan jongeren tijdens zo'n bijeenkomst op een laagdrempelige manier met elkaar in gesprek over het zelfgekozen levenseinde. Sommigen komen omdat ze in hun directe omgeving met euthanasie of hulp bij zelfdoding te maken hebben gehad, anderen komen vanuit professionele interesse. Soms zitten er jongeren bij die, al dan niet concreet, bezig zijn met hun eigen levenseinde. In de gesprekken komen barrières naar voren die vroeg of later iets in de weg kunnen staan. Ook ervaringen met sterfgevallen uit de eigen omgeving komen ter sprake, of hoe het is om in een groep of met familie te praten over dit onderwerp. Ondanks de thematiek zijn de gesprekken, mede door de ambiance, vaak luchtig en zelfs gezellig. Het maakt het praten over de dood een stuk makkelijker en daardoor minder beladen.



Symposium

De tweede activiteit die we hebben opgezet betreft het eenmaal per jaar organiseren van een symposium. Tot nu toe loopt het goed: de zaal was steeds uitverkocht. Dit zal het gevolg zijn van de sprekers – onder andere Bas Haring, Kluun, Myrthe van der Meer en Nynke de Jong – waarbij veel ruimte voor debat is ingepland. Net als het Café zijn de symposia laagdrempelig en worden ze gekenmerkt door een ontspannen sfeer. Dit is een bewuste keuze, omdat we op een vrije, open wijze over een normaliter beladen onderwerp willen kunnen praten.

Dat jongeren bezig zijn met de dood is heel logisch

Lespakket

Het derde waar we mee bezig zijn geweest is een lespakket. Veel middelbare scholieren maken werkstukken over euthanasie. Zij, maar ook docenten, komen dan met vragen bij de NVVE. Op initiatief van de NVVE Jongeren heeft de NVVE een lespakket met duidelijke informatie over euthanasie ontwikkeld. Het pakket bevat gefilmde portretten van (jonge) mensen en een arts die met euthanasie te maken hebben (gehad).

Al deze activiteiten leiden ertoe dat het levenseinde beter bespreekbaar wordt onder jongeren. Pas in actie komen voor meer 'zelfbeschikking' als je daartoe moeilijk meer in staat bent, is simpelweg te laat. Een brede acceptatie van het zelfgekozen levenseinde begint bij jongeren. Daarnaast zijn er, hoe verschrikkelijk ook, jongeren die zelf worden geconfronteerd met de eindigheid van het leven. Zij hebben eveneens hulp nodig. Bijvoorbeeld een luisterend oor, of een gesprekspartner bij wie men niet bang hoeft te zijn voor afwijzing. Voor hen die echt geen uitzicht meer hebben, moet net zo goed een humane manier beschikbaar zijn om uit het leven te kunnen stappen.

Kortom, dat jongeren bezig zijn met de dood is eigenlijk heel logisch. Praten over de dood en doodgaan moet niet vermeden worden. Jongeren (en ouderen) zouden er ongestoord met elkaar over in gesprek moeten kunnen gaan.



tekst: Samengesteld en bewerkt door
Marleen Oosterhof – van der Poel

visie: Van De Vrije Mare gebaseerd op
inspiraties van Marieke de Vrij



Euthanasie in relatie tot de ziel

Zorgvuldige omgang met de mens die wenst te sterven, behoedt deze mens voor ingrepen als euthanasie of onnodige levensverlenging.

Euthanasie in relatie tot de ziel van de mens is geen gemakkelijk onderwerp.

De ziel is immers onzichtbaar en alleen op een heel verfijnd niveau aan te voelen.

Zolang de mens op aarde leeft, is zijn lichaam het huis van de ziel. De ziel bevrijdt zich weer wanneer letterlijk overlijden plaatsvindt, dat wil zeggen als het hart stopt met kloppen. De tijd die de ziel nodig heeft om zich van het stoffelijk lichaam los te maken, varieert van enkele minuten tot enkele dagen. Dit proces is voor velen 'waarneembaar'. Velen kunnen invoelen dat er vaak enige tijd overheen gaat voordat het dode lichaam werkelijk een leeg omhulsel is.

Dit artikel gaat over de kennis die inspiratief ontvangen is door Marieke de Vrij over de periode voorafgaand aan het overlijden en de overgang naar de onstoffelijke wereld. Het artikel wil nuances en overwegingen aandragen om ieders eigen keuzeprocess te verdiepen. Keuzevrijheid, immers, is de mens gegeven en een groot goed.

Wat is euthanasie en wat is 'natuurlijk' sterven?

In de visie van De Vrije Mare is euthanasie: het verzoeken aan een ander om maatregelen te treffen om de ziel versneld uit het stoffelijk lichaam te laten vertrekken. Dit op een moment dat het lichaam nog niet 100 procent eraan toe is om op een natuurlijke manier te sterven. Sterven is het proces waarbij de onstoffelijke werkelijkheid zich toont en de persoon overgaat naar zijn onvergankelijke vorm van zijn.

Als het lichaam in leven wordt gehouden door medicatie en/of medisch technisch handelen, is stoppen hiermee geen euthanasie. Het lichaam had immers in principe al kunnen overlijden zonder dit medisch handelen. Het euthanasievraagstuk ligt dus heel genuanceerd. Wie vraagt om wat, wanneer en met welk doel? Er zijn tegenwoordig bijvoorbeeld heel wat medicijnen die bij langdurig gebruik belemmerend werken op vrij en natuurlijk sterven. Er gaat een conserverende werking uit van deze medicijnen. Weefsels en psyche kunnen erdoor verstrakt raken en zo, ongewild, de diepe ontspanning en het loslaten bemoeilijken, die nodig zijn voor het natuurlijk sterven.

De Westerse samenleving is afgedwaald van de ervaringskennis over natuurlijk sterven. Aardse belemmeringen zoals pijn en ziekte, worden vaak onvoldoende serieus gezien als processen die natuurlijk sterven bespoedigen. Men is niet gewend de laatste levensstijd te besteden aan zielsbewuste afstemming op wat diep wezenlijk in de mens nog afgemaakt wenst te worden. Wanneer deze afstemming wél gebeurt, zou het natuurlijk sterven bevorderd kunnen worden.

Waarom incarneert de ziel in dit leven en wanneer kan gesproken worden van een voltooid leven?

In de visie van De Vrije Mare is het aardse leven een onderdeel van de evolutionaire leerweg van de ziel. Het gaat om een levens-overstijgend proces (de zogenaamde reïncarnatie hypothese). Het huidige aardse leven is voltooid als de leringen die voor dit leven bedoeld waren, geleerd zijn. De ziel treedt het leven binnen met talenten en eigenschappen, beperkingen en wensen. De ziel doet zowel positieve als negatieve ervaringen op met het doel een groter bewustzijn te verkrijgen. Als de ziel klaar is met het incarnatieplan,

start de fase van loslaten, afscheid nemen en overgaan naar de onstoffelijke wereld. De overgang wordt vergemakkelijkt als belastende herinneringen op aarde kunnen achterblijven. De mens leert tot zijn laatste ademtocht. Het blijkt dat hij in zijn laatste weken, dagen, uren en soms zelfs in zijn laatste minuten, vaak nog zijn diepste levensinzichten verwerft waardoor hij wat nog als ballast voelt, kan loslaten. Wie wenst te sterven, komt het raadselachtige van het leven en de eindigheid van de persoonlijkheid tegen. Als de mens nog niet kan doorvoelen wat de betekenis van lijden en lichamelijk verval is, kan hij zich hier tegen verzetten en wensen het leven te beëindigen.

De vraag is dus:

Wat is bewuste beëindiging door euthanasie waard als de ziel/de geest voortijdig onttrokken wordt aan het aardse levensperspectief terwijl de leringen aangaande dit leven nog niet beëindigd zijn?

De zingeving van lijden en verval bij het natuurlijk stervensproces.

Marieke de Vrij zegt hierover

Vanuit de geestelijke wereld heb ik meermalen inspiraties mogen ontvangen met betrekking tot het euthanasievraagstuk en het stervensproces. Immer weer kwamen er inzichten over het fysiek en psychisch lijden dat geschetst wordt als een louteringsproces. Door de intensiteit van pijnbeleving kunnen oude diepgewortelde psychische pijnen nog uit het lichaam worden losgeweekt en losgelaten.

In het lichaam worden onverwerkte ervaringen, van bijvoorbeeld verlatenheid, miskenning en vele andere emoties, als herinneringstrillingen verankerd en opgeslagen. Door de fysieke en psychische (helse) pijnen in het heden wordt dit 'oud zeer' beetje bij beetje losgeweekt uit het lichaamsbewustzijn. Op deze manier kan er zielenrust ontstaan in de fase van opgang naar de onstoffelijke wereld. De levensbelasting wordt dan niet meegenomen maar achtergelaten binnen de aardse atmosferen.

Bij vervroegd ingrijpen op sterven (euthanasie) is het lichaam zelf op dat moment nog niet in staat het leven te beëindigen. Het lichaam is dus nog niet van nature vrij van onverwerkte herinneringstrillingen. Door euthanasie wordt een opgang naar de onstoffelijke gebieden gecreëerd van onverwerkte deel-ervaringen, die nog niet onthecht zijn van het menselijke lichaam.



Wie zijn reis naar de onstoffelijke wereld aanvaardt en de eindigheid van het aardse leven op een natuurlijke wijze afsluit, heeft baat bij het niet vroegtijdig vertrekken uit zijn lichaam

Wie zijn reis naar de onstoffelijke wereld aanvaardt en de eindigheid van het aardse leven op een natuurlijke wijze afsluit, heeft baat bij het niet vroegtijdig vertrekken uit zijn lichaam. Immers, bij het natuurlijk stervensproces kan opgang naar de onstoffelijke wereld plaatsvinden zo lichtgevoelig van frequentie als maar mogelijk is. Belastende zwaarmoedige herinneringsvelden blijven op aarde achter wanneer deze nog bij leven door fysieke pijnen en psychische nood symbolisch dieper zijn uitgeademd uit het persoonlijke auraveld. Dat is de zingeving van het laatste 'lijden'. Medicatie voor verzachting van de pijn is uiteraard gerechtvaardigd, de hoeveelheid is een keuze. Het advies hierbij is om niet te gaan tot het niveau waarop 'niets' meer gevoeld wordt, want dan kan er ook niets meer ontladen worden.

Wie kiezen er voor euthanasie? Enkele voorbeelden.

- Menigmaal vinden mensen, die zeer krachtig hebben kunnen functioneren tijdens het leven en ook vaak medebepalend zijn geweest voor anderen, het uiterst moeilijk hulpbehoevend te worden en zich te laten verzorgen.
- Anderen willen hun omgeving niet tot (onnodige) last zijn en kiezen voor euthanasie alleen omwille van de ander. Vaak is dit al een patroon in hun hele leven.
- Angst voor pijn, lijden en verval kan mensen er ook toe brengen voor euthanasie te kiezen. "Als ik toch dood ga, dan nu maar zo snel mogelijk door de zure appel heen bijten." Of: "Als iedereen zegt, dat je niet hoeft te lijden..., waarom zou ik dan daarvoor kiezen, als er een weg zonder lijden is."
- Er is ook een groep mensen voor wie alleen een fysieke materiele wereld de werkelijkheidsbeleving is. Voor hen is een beleving na de fysieke dood onvoorstelbaar. Dus waarom zou je het leven niet blijven creëren zoals je wilt en zolang het kan en het eindmoment zelf bepalen.

De rol van de samenleving in het keuzeprocess

In deze tijd wordt op het stervensproces, liefst vanuit overwicht en controle gereageerd. De mogelijkheden om via euthanasie pijnloos te sterven zijn ook veel groter geworden ("...opdat het lijden niet nodeloos verlengd wordt"). De drempel voor een euthanasie aanvraag wordt hierdoor steeds lager. In dit artikel is al besproken dat het lijden op een dieper niveau veelal niet zinloos hoeft te zijn. Het kan immers een laatste en cruciale betekenis hebben in het ontladen van onverwerkte ervaringen. Echter, ook dit ligt genuanceerd: als er sprake is van levensverlengende medische ingrepen waarin complicaties zijn opgetreden, kan het lijden wel onnodig pijnlijk verzwaard zijn. Er blijft dus steeds weer een volgende nuance te overwegen.

Er zijn tegenwoordig binnen de wijze van pijnbestrijding veel meer mogelijkheden, zodat er niet snel tot euthanasie hoeft worden overgegaan. Men kan zeer vergevorderde pijn minimaliseren tot het houdbaar is. Daarnaast zijn er steeds meer technieken die mensen tot ontspanning kunnen brengen zodat de pijn meer vloeiend aanwezig kan zijn in plaats van hels. Er valt nog veel te leren over hoe een terminaal lichaam in uiterste ontspanning gebracht kan worden zodat de ziel makkelijker loskomt.

Lijden dient geen overwaardering te krijgen, maar ook geen onderwaardering, het is een wezenlijk onderdeel van de menselijke ervaring

Dragende omgeving

Pijn verdragen vraagt ook een dragende omgeving. Deze omgeving kan het beste aangeboden worden door mensen die hiertoe in staat zijn dankzij de oefeningen die zij in hun leven met kleinere of grotere levenspijnen hebben doorgemaakt. Daartegenover staat dat een omgeving waar een taboe op lijden is ("Lijden hoeft in deze tijd toch niet meer!"), een moeilijke plek is om te overlijden. In het woord overlijden zelf zit al de mogelijkheid, dat op een gegeven moment over het lijden heen gestapt kan worden.

Maatschappelijk gezien bestaat eerder de neiging het lijden te bestrijden dan zich er mee te verstaan. Over lijden heerst veelal het vooroordeel dat dit iemand destructief benadeelt. Echter, als duidelijk zou zijn dat lijden de persoon geestelijk kan louteren en vernieuwen in zijn levenservaring, dan kan de lijdende mens gemakkelijker zijn gevoel van eigenwaarde behouden tijdens dat lijden. Lijden dient geen overwaardering te krijgen, maar ook geen onderwaardering, het is een wezenlijk onderdeel van de menselijke ervaring.

Wat gebeurt er bij levensverlengend medisch handelen?

Degene die bij voortdurend in het leven wordt vastgehouden door medische ingrepen, lijdt onnodig lang omdat zijn of haar leven een natuurlijke dood behoeft. Wie daarom mensen zoveel en zolang mogelijk in leven wenst te houden, verplaatst zich te weinig in de natuurlijke levensbeëindiging van de mens.

Er zijn ook zielen die er bewust voor kiezen het aardse leven te rekken. Zij willen die ervaring ook opdoen. Zij kunnen vanuit deze ervaringsbehoefte hun lichaam en geest oprekken naar ervaringen die buitengewoon veelvragend én leerzaam zijn. Wie deze weg op gaat en uithoudingsvermogen hierin toont, verrijkt zichzelf geestelijk terdege en kan hiermee ook een voorbeeld zijn voor zijn dierbaren.

Keuzevrijheid is de mens geschonken, echter de mate van vrijheid hierin wordt bepaald door de geestelijke behoefte aan lering.



Bron: Inspiraties van Marieke de Vrij

De volgende artikelen, te vinden op de website van De Vrije Mare www.devrijemare.nl, zijn in dit artikel verwerkt.

1. Euthanasie in relatie tot de ziel van de mens
2. Basisartikel belemmerende medicatie op vrij sterven
3. Ongewone depressie door conserverende bijwerkingen van medicatie in de stervensfase

Marieke de Vrij, Maatschappelijk raadvrouw. Zie voor een kennismaking met haar manier van werken: www.devrijemare.nl

Marleen Oosterhof-van der Poel, GZ-psycholoog en orthopedagoog. Voorzitter van Stichting De Vrije Mare.



Zelfdoding met of zonder hulp

Oorzaken en gevolgen

Als mensen uit het leven willen stappen en daar hulp bij vragen staat toch altijd de vraag centraal: waarom? Het gaat mij vooral om wat de noden zijn om te vertrekken en de gevolgen daarvan. Het is een thema dat mij al lang fascineert.

Hoe dan ook gaat het in feite altijd om het afbreken van de innerlijke processen, omdat ze niet meer te dragen zijn. Er wordt geen uitweg meer gezien omdat emoties, pijn en het verdriet te heftig worden ervaren. Ook al zullen de meeste mensen die hun emoties niet kunnen verwerken en er diep depressief van worden niet tot zelfdoding komen, een dergelijke depressie werkt wel verlamdend en er blijft weinig of geen energie meer over om wat dan ook te doen. Toch kunnen we snel leren hoe we het beste met zulke sterke gevoelens kunnen omgaan en ons zo een hoop ellende besparen.

Spiegelend gedrag

Komen we in situaties waardoor we in sterke pijn, angst, woede of onzekerheid worden geworpen, dan kunnen we het beste beginnen met bewust te zijn van de emotie die ons dan beheerst. De volgende stap is dat gevoel aanvaarden. Voor veel mensen is deze stap moeilijk omdat ze zich als 'slachtoffer' zien en daarom de 'dader' de schuld in de schoenen schuiven van het gevoel waarin ze verkeren. Hij heeft dit gezegd of dat gedaan waardoor ik woedend of angstig werd. Een spiegel wordt ons voorgehouden om oude emoties, vaak nog uit andere levens, te kunnen genezen. Meestal toont de

spiegel ook hoe we zelf ooit waren in vroegere incarnaties. Ons gedrag van toen wordt nu gespiegeld. Hebben we dit begrepen dan kunnen we ook verantwoordelijkheid nemen voor alles wat er op onze weg verschijnt, we hebben er zelf op ons hoger niveau van bewustzijn voor gekozen om door die ervaring verder te kunnen groeien. We kunnen het proces ook als volgt zien: onze ziel vindt het tijd worden dat we bewust worden van een bepaald gevoel dat we wellicht gedurende vele levens steeds weer hebben verdrongen. Dan organiseert ze een ontmoeting die ons met die emotie in contact brengt. Door de daden van de ander komt die oude woede en pijn omhoog en wordt goed voelbaar. Zo worden we door onze ziel steeds weer met onze neus gedrukt op thema's of innerlijke processen die we nog niet hebben afgewerkt.

Het verwerken van die thema's is in feite heel simpel. Na te hebben aanvaard dat ze er zijn, duiken we diep in deze gevoelens, we worden als het ware die emotie en beginnen er dan doorheen te ademen, we ademen in en uit door dat gevoel totdat het geheel is opgelost en er een diepe vrede overblijft. Lukt dat niet in een dag, dan nemen we de volgende dagen de draad steeds weer op tot er werkelijk niets meer van over blijft. Dan zijn we ook zeker dat het proces is afgewerkt. Zo worden we sterker, onafhankelijker en vrijer. Uiteindelijk kan niets ons nog uit het veld slaan, wat er ook om ons heen moge gebeuren.

Zelf heb ik ook heftige en haast ondragelijke pijn in mijn leven ervaren, fysiek maar ook emotioneel, waarbij mijn zonnevlecht letterlijk in brand stond. Ook weet ik wat depressief zijn betekent. Ik was het lang geleden gedurende drie jaar na een verbroken relatie. Maar ik ben wel uit eigen kracht en zonder enige medicatie uit het gat van mijn 'black night of the soul' gekropen en begrijp heel goed wat mensen kunnen meemaken, ook op dat vlak. Toen had ik de instrumenten niet die ik nu wel heb om met dergelijke situaties vlot te kunnen omgaan. Dat heb ik ook gemerkt toen ik onlangs in Jeruzalem werd overvallen en beroofd. Nu is het een heel stuk makkelijker.

Verwerken van innerlijke processen

Wat mijn ervaring met het verwerken van mijn eigen innerlijke processen betreft: het gaat steeds dieper en als we een laag oude emoties hebben opgeruimd, dan komt de volgende weer te voorschijn. Vrij snel voelen we deze processen niet meer als een gevaar, niet meer als een aanslag op onze gemoedsrust maar als een welgekomen uitdaging. Het verheugt me nu zelfs als bepaalde processen zijn afgewerkt er weer nieuwe opdoemen. Dit omdat het verwerken ervan mij inderdaad steeds sterker en vrijer hebben gemaakt. Het heeft mijn vertrouwen in het leven, maar ook in de schepper een enorme boost gegeven.



Dat vertrouwen in de schepper komt nu en zeker in de komende tijd goed van pas, omdat er in de buitenwereld heftige veranderingen gaan plaatsvinden die nodig zijn voor het ontstaan van een heel nieuwe samenleving, een wereldwijde gemeenschap gebaseerd op liefde en onderling respect. Respect ook voor de natuur, voor onze moeder Aarde. Dit vertrouwen heb ik doordat ik heel sterk voel dat er een Goddelijk plan voor de evolutie van deze planeet bestaat.

Oude structuren storten in elkaar

De oude structuren die vooral werken voor geld en macht, zullen in elkaar storten. Veel waaraan we momenteel gehecht zijn zal daardoor verdwijnen, ofschoon het wezenlijke ter beschikking blijft. Deze grote veranderingen zullen ook aan de mensen die we tot de elite rekenen en verantwoordelijk zijn voor de ellende in de wereld niet voorbijgaan. Aan hun gesjoemel komt zeker een einde. Natuurlijk zijn we zelf ook verantwoordelijk, omdat we steeds weer mensen op het pluche plaatsen die enkel vazallen zijn van deze elite en hun programma consequent uitvoeren. Veel mensen worden woedend als ze zien wat er achter onze rug wordt uitgespookt, denk maar eens aan de hedendaagse hemel vol chemtrails die mede het grondwater vergiften, ons water, het grootste probleem van deze tijd. De gebeurtenissen in de buitenwereld die deze woede oproepen zijn dus steeds de spiegel van onze eigen thema's. Ieder zal de komende tijd en jaren in zijn of haar innerlijke processen worden geworpen, wij en alle anderen en dan is het goed om te weten hoe daar het best mee kan worden omgegaan.



Zo worden we door
onze ziel steeds weer
met onze neus gedrukt
op thema's of innerlijke
processen die we
nog niet
hebben afgewerkt



Geestelijke Wereld

Ik vroeg ook naar de mening van de Geestelijke Wereld over dit onderwerp en legde het thema voor aan de Lichtwezens waar ik contact mee heb:

“Het betekent veel voor ons dat hieraan aandacht wordt geschonken, want we zien dat er nog veel onzekerheid en tegenstrijdigheden bestaan. Wij accepteren elke mens die hier op aarde niet langer met lichaam en ziel aanwezig wil zijn.

Wij aanvaarden een mens die vrijwillig uit zijn lichaam stapt om naar de Geestelijke Wereld terug te keren. Maar de processen van de ziel worden wel afgebroken en dat betekent dat ze door een dergelijke heftige daad in een moeilijk parket komt. Want elk leven wordt bepaald door de voorafgaande incarnaties. Jullie moeten begrijpen dat elk leven genezing in zich bergt van oude pijn en verwondingen.

Vaak gebeurt het dat een mens in moeilijke en pijnlijke situaties denkt dat er geen uitkomst meer is. Wij zien dat het wel degelijk belangrijk is om zich met de situatie te confronteren en de processen volledig te doorlopen waardoor de angsten en pijn oplossen en het geheel kan genezen. Gaat een mens vóór zijn tijd dan breekt hij deze genezingsprocessen af wat voor

de ziel heel pijnlijk is omdat er weer een heel nieuw plan voor de komende incarnaties moet worden gemaakt.

Wat we ook zien is, dat als een mens eenmaal vroegtijdig heeft afgebroken, dat deze deur in volgende levens weer snel kan worden geopend, waardoor zo'n ziel soms eeuwig aan haar processen moet werken, omdat telkens als het moeilijk wordt weer wordt afgebroken.

Natuurlijk is het wel zo dat bij bepaalde ziekten die hevige pijn veroorzaken die praktisch niet is uit te houden, dat de ziel dan het Goddelijke om een oplossing vraagt. Die oplossing wordt dan ook vaak aangedragen. In dergelijke situaties is gebed en bewustzijnswerk noodzakelijk waardoor vanuit het Hoger Zelf, tijdens een meditatie duidelijke toestemming kan worden verkregen. Dan worden de plannen zo aangepast dat de ziel geen pijn ervaart. Deze plannen worden voor meerdere levens samengesteld. Natuurlijk gebeurt het vaak dat een mens ook tijdens zijn leven niet aan het omzetten van zijn levensplan toekomt. Maar daar wordt tijdens de planning al rekening mee gehouden.

Dus bij zelfdoding moeten alle gemaakte plannen worden omgewerkt, ze moeten een nieuwe structuur krijgen wat niet

alleen de eigen ziel flink door elkaar schudt, maar waardoor ook bepaalde ontmoetingen met mensen in het gedrang komen die genezing van oude processen tot doel hadden. In feite gaat het hierom, dat de mens met zijn bewustzijn begrijpt dat er vrede moet worden gevonden met de wijze waarop het leven verloopt, ook met de meest moeilijke situaties, ook als ik alles moet verliezen, ook als ik ziek ben en door de diepste zielpijn moet heengaan. Hier gaat het enkel om een deel van het leven. De 'ziel' kan geen verwondingen oplopen of beschadigd raken. De mensen moeten begrijpen dat de ziel in een leven een rol speelt en als die rol wordt begrepen, dan kan iemand zich ook vaak uit angst en pijn zelf bevrijden.

Elke pijn die men bij een ander veroorzaakt komt ook weer terug

Mensen lijden en hebben geleerd te lijden en het lukt hun vaak niet om uit deze processen te geraken. Dan vallen ze van louter pijn vaak in een innerlijke vernietiging. En ook als ze niet tot

zelfdoding overgaan, kan er in hun leven niets wezenlijks meer plaatsvinden. Ze sluiten dan meestal ook hun hart en dan kan er nog minder gebeuren. Dat is net zo erg als zelfdoding.

Wij zouden heel graag zien dat deze mensen worden opgevangen, zodat ze weer stabiel worden, hun weg in het leven terugvinden en in een staat komen om beter met hun gevoelens en pijn te kunnen omgaan. Help je iemand in het proces van zelfdoding, dan wordt er als het ware een pijn op je eigen ziel gelegd, want in principe moet er niet tegen het leven worden gewerkt. Natuurlijk kan dit ook een situatie zijn die later wordt opgelost en afgewerkt.

Hetzelfde geldt voor abortus. Wordt op deze manier een ongeboren kind gedood, dan betekent dat automatisch dat er weer een ontmoeting met deze ziel zal plaatsvinden, zodat ook hier genezing kan ontstaan. Elke pijn die men bij een ander veroorzaakt komt ook weer terug.“

Tot zover de woorden van de Geestelijke Wereld.

Elke situatie is anders, maar ik vermoed dat veel mensen door deze bijdrage veel betere afwegingen kunnen maken.



tekst: Ellen Scheffer - www.ellenscheffer.nl

‘Voltooid leven’ en het zielsplan

In de discussie over euthanasie bij ‘Voltooid leven’ is het interessant om eens te kijken hoe dat omstreden voorstel zich verhoudt tot het idee van een zielsplan waarmee we naar de aarde komen om de evolutie van onze ziel te bevorderen. Wanneer is een leven eigenlijk ‘voltooid’?



Zo'n zielsplan maakt je ziel, samen met haar begeleiders in de geestelijke wereld, voordat ze naar de aarde komt. De uitwerking van het zielsplan in de vorm van het levensplan is een soort blauwdruk van je toekomstige bestaan, die alles bevat wat je nodig hebt om de lessen die je hebt afgesproken te leren. De keuze voor het gezin waarin je geboren zult worden is uiteraard een belangrijk uitgangspunt. Verder voorziet het plan erin dat je personen en situaties op je levenspad tegen zult komen die jou verder kunnen helpen. Heel vaak komen die lessen in de vorm van een behoorlijk pittige uitdaging die je al dan niet aan kunt gaan. Het is aan jou of je de kans benut of niet, daarin ben je vrij. Maar hoe meer je de uitdagingen aangaat, hoe sneller je ontwikkeling verloopt.

Levensthema's

In elk leven zijn er bepaalde thema's die op de voorgrond treden, omdat ze nodig zijn in jouw ontwikkeling naar meer bewustzijn over wie je in essentie bent: een vrije, liefdevolle, stralende ziel met heel specifieke, persoonlijke eigenschappen en talenten. Om die in de wereld ten volle te kunnen ontplooiën en te laten zien, maak je een hele ontwikkeling door, die onmogelijk in één leven past. Daarom zijn er meestal vele levens nodig om alleen al één mogelijk thema uit te werken. Die thema's verschijnen in het begin vooral in hun negatieve aspect, om je datgene te laten zien en ervaren wat jou ervan weerhoudt om helemaal te zijn die je in wezen bent. Daarbij gaat het vooral om allerlei angsten en beperkende overtuigingen, of karaktertrekken die tegen je werken. Maar als je eenmaal geleerd hebt er goed mee om te gaan, kunnen de positieve aspecten de overhand krijgen en kun je als expert in dit thema ook een leraar voor anderen worden. Een aantal veel voorkomende thema's zijn: verantwoordelijkheid, autonomie, authenticiteit, liefde, compassie, vertrouwen en macht.

Zielsplan

Als je bijvoorbeeld een probleem hebt met het thema macht, dan zul je een zielsplan hebben waarin dat gegeven een belangrijke rol speelt. Je zult in de loop van vele levens al geconfronteerd zijn met dit thema, zowel in positieve als in negatieve zin. Maar stel dat je in een reeks vorige levens zelf macht hebt uitgeoefend en je te weinig bewust bent geweest van de uitwerking daarvan op de mensen over wie jij macht had, dan zul je in dit leven mogelijk geconfronteerd worden met situaties waarin je overgeleverd bent aan de macht van anderen, waardoor je je weerloos voelt. Als kind ben je bijvoorbeeld afhankelijk van ouders die autoritair en weinig liefdevol zijn en in werksituaties heb je steeds leidinggevendenden waar je mee in conflict raakt. Ook in relaties kom je altijd



partners tegen waarmee je een machtsstrijd voert of waarin je onderdrukt voelt. Mogelijk ben je geneigd om de slachtofferrol te kiezen, omdat dat comfortabel is, of je wordt iemand die zich verzet tegen elke vorm van autoriteit. Het thema kan zich op veel manieren aandienen en jouw persoonlijkheid bepaalt voor een belangrijk deel hoe je omgaat met die uitdagingen op je pad. Ben je strijdlustig of leg je je snel neer bij situaties die je ogenschijnlijk toch niet kunt veranderen? Ga je elk conflict uit de weg, of ben je voortdurend boos? Wat je mag leren is om je minder afhankelijk te maken van situaties in de buitenwereld en meer in je eigen kracht te gaan staan, waardoor je stabiel en autonomer wordt. Dat betekent dat je meer vanuit je hart gaat leven, met compassie voor jezelf en anderen, dat je weet wat je waard bent en opkomt voor jezelf waar dat nodig is, maar ook weet wanneer er situaties zijn waar je geen invloed op uit kunt oefenen en die je alleen maar zo rustig mogelijk kunt ondergaan.

In elk leven zijn er bepaalde thema's die op de voorgrond treden, omdat ze nodig zijn in jouw ontwikkeling naar meer bewustzijn over wie je in essentie bent

*Ze hield van
het leven en kon
zo genieten van
de kleine dingen*



De laatste levensfase

Een aantal van de mogelijke lessen in een zielsplan, kan juist later in je leven een rol gaan spelen, namelijk als je lichamelijk en geestelijk achteruit gaat en misschien afhankelijk wordt van anderen voor jouw verzorging. Dat biedt je de kans te leren omgaan met een verlies aan zelfstandigheid dat voor de meeste mensen een schrikbeeld vormt. Hoe reageer je daarop? En wat kun je daarvan leren? En wat leren anderen van jou in dat proces? En hoe zinvol is lijden en afzien voor je? Heb je dat in dit leven of in vorige levens al genoeg meegemaakt en geleerd daar goed mee om te gaan, of ben je weinig geconfronteerd met fysiek en psychisch leiden van jezelf of anderen? Afhankelijk daarvan kan het een waardevolle levensles zijn, of een die niet veel meer bijdraagt aan je ontwikkeling. Wat je kunt leren in zo'n laatste levensfase, afhankelijk van jouw persoonlijke thema's, zijn: overgave, het overwinnen van schaamte, hulp accepteren, minder kritisch zijn, zachter en liefdevoller worden, geduldiger, meer verbinding maken met mensen die je eerder in je leven niet toeliet, duidelijker zijn in je behoeftes, grenzen aangeven, of juist loslaten, de regie uit handen geven, of zelf oplossingen en alternatieven zoeken voor wat niet meer kan. Afhankelijk van je geestelijke toestand kun je daar meer of minder bewuste keuzes in maken.

Sprong in ontwikkeling

Zoals bij elke situatie die je ziel graag wil meemaken om erdoor te groeien, ben je als persoon vrij om ermee om te gaan zoals jij zelf verkiest. Hoe meer bewustzijn je ontwikkeld hebt gedurende je leven over wie jij bent en wat je hier komt doen, hoe bewuster je keuze kan zijn om deze laatste levenslessen te accepteren, of niet. Mogelijk is het voor jou niet nodig om deze laatste fase helemaal mee te maken, maar misschien is het voor een ander juist een prachtige gelegenheid om een flinke sprong in zijn of haar ontwikkeling te maken. Het kan ook zijn dat je afspraken hebt gemaakt met andere zielen om door jouw eigen proces dat van hen te bevorderen, als een vorm van dienstbaarheid.

Ook als je het zielsplan betreft in je keuze ben je vrij om daarin zelfstandig een besluit te nemen, zolang je daar nog toe in staat bent. Overigens kan het heel goed de keuze van jouw ziel zijn dat het genoeg is zo. Door als persoon voor euthanasie te kiezen, volg je mogelijk de wens van je ziel. Dat kan een autonome beslissing zijn die ook goed zou kunnen passen in een zielsplan met het thema autonomie. Misschien heb je je in vorige levens en in dit leven wel teveel aangepast aan het oordeel van anderen, bijvoorbeeld de kerk, en mag je nu leren om zelf te beslissen. Maar de ziel zou ook kunnen kiezen voor een vorm van dementie, om juist het hoofd uit te schakelen en meer te gaan voelen en ervaren zonder tussenkomst van het denken.

Mijn moeder

Ik wil dit betoog graag illustreren met een persoonlijk voorbeeld, het laatste hoofdstuk van het leven van mijn moeder, die twee jaar geleden op 94 jarige leeftijd is overleden. Gedurende haar lange leven heb ik nooit een erg liefdevolle band met mijn moeder gehad. Zij was behoorlijk getraumatiseerd door de oorlog en heeft dat nooit goed verwerkt. Ze had een krachtige persoonlijkheid met een moeilijk, dominant karakter, maar ze was wel een inspirerende, boeiende, enigszins excentrieke vrouw, die graag in het middelpunt van de belangstelling stond. Ze was altijd opvallend en smaakvol gekleed, had lange gelakte nagels en droeg lippenstift bijna tot aan haar dood. Ze kwam uit een intellectueel en kunstzinnig, niet-religieus gezin, net als mijn vader en had belangstelling voor cultuur en spiritualiteit.

De laatste tien jaar van haar leven, toen mijn vader overleden was, bezocht ik haar elke week. Dat was een hele opgave. Haar energie was vaak giftig en het vroeg van mij veel bewustzijn om die niet teveel binnen te laten komen. Haar geest bleef bijna tot het laatst helder als glas. Fysiek kon ze steeds minder, de laatste twee jaar kwam ze haar huis en vaak ook haar bed niet meer uit.

Onverwerkte pijn uit haar verleden

Ooit had ze, samen met mijn vader, besloten dat ze euthanasie wilden als ze beiden lichamelijk achteruit zouden gaan. Ze werden lid van de NVVE en kregen de papieren thuis, maar vulden ze nooit in. Wel had mijn moeder op het laatst aangegeven dat ze niet in het ziekenhuis opgenomen wilde worden en geen levensverlengende handelingen uit wilde laten voeren, indien dat noodzakelijk zou zijn.

Ze was er de laatste jaren lichamelijk slecht aan toe en ze had regelmatig heftige, bijna ondragelijke pijnen, waarvan ik niets snapte, omdat ze verschenen en ook weer verdwenen. Totdat ik tot het inzicht kwam dat haar lichaam op die manier de onverwerkte pijn uit haar verleden aan het verwerken was.

Mijn moeder wilde kennelijk de beker van haar leven tot de laatste druppel leegdrinken

Toch hield ze van het leven en kon ze genieten van kleine dingen, zoals een lekker kopje koffie, of een mooi gedicht. Haar hulpen droegen haar op handen, omdat ze altijd vol belangstelling naar ze was, ze hen waardevolle adviezen gaf en hun dromen met ze besprak. Daar was ze echt goed in en ik vertelde haar dat ze op die manier toch nog een belangrijke rol in het leven van anderen kon spelen, al voelde ze zich zelf behoorlijk nutteloos, omdat ze bijna niets meer kon.

Laatste fase

Voor de dood was ze trouwens helemaal niet zo bang, ze geloofde in het voortbestaan van de ziel. Ze stond in contact met mijn overleden vader en zong 's avonds liedjes voor hem. Toch had ze geen haast om naar hem toe te gaan. Mijn moeder wilde kennelijk de beker van haar leven tot de laatste druppel leegdrinken. Toen ze uiteindelijk toch, tegen haar zin, in een verpleeghuis terecht kwam, omdat het echt niet anders meer kon, was ze twee dagen later overleden.

Ondanks mijn moeizame relatie met mijn moeder heb ik veel geleerd van deze laatste fase van haar leven. Wat hielp was, dat ik soms bewust contact maakte met haar op zielsniveau en dan gesprekken had met haar ziel. Ook deed ik een sessie bij een reïncarnatietherapeut en daar zag ik de oorsprong en ontwikkeling van onze relatie in meerdere vorige levens. Dat gaf veel inzicht en stemde me milder naar deze complexe vrouw, die ik kennelijk gekozen had om in dit leven mijn moeder te zijn.

Driekwart jaar na haar dood zocht ze contact met me, zoals ze dat al lang geleden beloofd had. Ik kon haar vergeven en zij mij en sindsdien hebben we een veel betere verstandhouding gekregen.

Contact met je innerlijke leiding

De vraag wanneer een leven voltooid is zullen we nooit voor een ander kunnen beantwoorden, dat kun je alleen zelf. Het helpt als je daarbij goed kunt luisteren naar de stem van je ziel. Vaak lukt dat beter als je op het laatst van je leven op jezelf teruggeworpen bent en je noodgedwongen naar binnen keert, omdat de buitenwereld steeds kleiner wordt. Dat biedt je een prachtige kans om werkelijk contact te maken met jouw innerlijke leiding, als voorbereiding op je reis naar huis.