



Stervensbegeleiding spiritueel bekeken

2^e verdiepingsdag 19 mei 2016

In de navolgende tekst vindt u een selectie van de tekst van deze dag.

- 1) Een korte inleiding van Marleen Oosterhof over de zinging van een extra korte of een extra lange incarnatie hier op aarde, samengesteld uit wat al in het archief van de Vrije Mare over dit onderwerp te vinden was. Deze onderwerpen worden aangevuld door Marieke.

De tekst van Marleen is in het donkerblauw.

De aanvullingen van Marieke zijn in het groen.

- 2) Een schouwing van Marieke.
- 3) Zes vragen en antwoorden.

Inleiding Marleen Oosterhof

De zinging van een korte incarnatie op aarde

Het eerste onderwerp dat ik heb gekozen voor vandaag is de zinging van sterven op jonge leeftijd. Het is een vraag van een van jullie. Na afloop van de eerste bijeenkomst zei die persoon tegen mij: "Je kunt het wel hebben over hoe mooi sterven kan zijn, dat het eigenlijk ook een geboorte is en wel naar de geestelijke wereld, maar wat is dan de zin van sterven op jonge leeftijd? Mijn oudste kleinkind stierf een paar uur na de geboorte. Vreselijk!"

Over dit onderwerp heb ik vanuit het archief enkele citaten opgezocht. Marieke heeft daar al veel informatie over vrijgegeven.

Miskramen en zielen die bij de geboorte of vlak erna overlijden

Ik begin met de zielen die nog niet helemaal geïncarneerd zijn, dat zijn de miskramen of de zielen die bij de geboorte of vlak erna overlijden. Die zielen incarneren maar deels. Je

incarneert geleidelijk in de eerste jaren na je geboorte en vervolgens komt er elke zeven jaar nieuwe incarnatie-informatie bij.

Wat is nu de zingeving van een korte incarnatie? Ik citeer een tekst van Marieke over zielen die als miskraam zeer kort met de aarde in verbinding zijn.

Sommige kinderen zijn eeuwenlang niet meer gereïncarneerd om redenen in de onstoffelijke wereld bekend, omdat de tijd tussen overlijden en opnieuw incarneren heel verschillend kan zijn per ziel. Er zijn zielen die eeuwen wachten voordat ze terugkomen en er zijn zielen die zoveel ongeduld hebben dat 10 jaar al teveel is in aardse jaren. Voor zielen die heel lang van het aardse leven vervreemd zijn, kan het wezenlijk belangrijk zijn dat ze beetje bij beetje de aarde-energie weer leren kennen doordat de moeder ze tijdelijk draagt, zodat ze in het in- en uitreizen in de moederschoot weer een beetje bekend worden met de aarde-energie. Als er dan op enig moment een miskraam komt, is dat passend voor die ontwikkeling van de ziel die stapsgewijs wil incarneren tot hij blijft.

Zo kun je je voorstellen (wij hebben veel casuïstiek van kinderen die rond de geboorte sterven), dat het bij hen ook vaak gaat over het weer wennen aan de aarde-energie of dat er een angst is bij degene die wil komen. Als je al een paar keer geaborteerd bent bijvoorbeeld of als er nog veel onverwerkte trauma's zijn, kan er ook een angst zijn voor een nieuwe incarnatie. We hebben casuïstiek van een meisje dat met een hartprobleem wordt geboren en na enkele maanden overlijdt, maar zoveel helende liefde heeft gekregen van haar ouders in die korte tijd, dat veel van haar onverwerkte trauma's geheeld zijn.

Kinderen die jong sterven terwijl ze al min of meer geïncarneerd zijn

Een andere zingeving geldt voor kinderen die jong sterven terwijl ze al meer geïncarneerd zijn. Ik citeer:

Kinderen die vroegtijdig sterven zijn vaak doorlichte kinderen met een groot bewustzijnsveld, waar een kortdurend leven vaak de afronding is van bepaalde delen die ze al eerder geleefd hebben wat geen langer leven vraagt.

Dus op die delen die even gereactiveerd kunnen worden, hebben ze maar 4, 5, 6, 7 jaar nodig en dan is het klaar.

Daarna worden ze opgemaakt voor een leven vanuit een ander perspectief, òf hoeven ze in enkele gevallen niet meer terug te keren omdat het de losse eindjes waren die nog verbonden dienden te worden. Als ouders die een kind verliezen besef daarnaartoe durven opbouwen, zal dat in hun immense verdriet een stukje verlichting brengen, omdat vanuit het perspectief van het kind het leven voldoende geleefd is.

Ik wil nog een citaat over dit onderwerp voorlezen, afkomstig uit het boek van Marieke: 'Sterven bij rampen, complementaire hulpverlening bij massaal sterven'. (Er staan overigens ook veel dingen in over niet-massaal sterven)

Als kinderen heel jong overlijden kun je er doorgaans van uitgaan - op enkele uitzonderingen na - dat het om hoge zielen gaat met al een enorme lichtgevoeligheid. Dat kan anders liggen rondom een miskraam of vroeggeboortes, dan kan er ook nog een stukje angst voor incarnatie in zitten. Als kinderen echter jong overlijden en ze zijn al echt geïncarneerd, dan zijn het vaak hogere zielen, dus ook makkelijker in een hogere lichtfrequentie te brengen.

Waarom overlijden juist hoge zielen zo jong? Dat was de vraag toen ook. De onstoffelijke begeleiders zeggen hierover:

Het zijn meestal zielen die al veelwetend zijn, sterk beseffend, innerlijk onderhoudend met zichzelf en geen uitgaande beweging nog nodig hebben in de buitenwereld, omdat er in de eigen innerlijke kern al een soort zelfvolmaaktheid gevonden is. Dat maakt dat ze afscheid nemen van het fysieke leven om in het begeleiderschap in de onstoffelijke gebieden voort te gaan. Doordat ze de aardse beperking weer even hebben ondergaan, ook soms middels fysiek lijden, is hun invoelingsvermogen naar de aardse staat van bewustzijn weer vergroot, waardoor een hulpverlenerschap vanuit de onstoffelijke gebieden beter ingeleefd kan worden in directe hulpverlening naar mensen toe gericht. Dus ze zijn door de kortstondige aardegang weer even menselijker bewuster geworden en kunnen daardoor makkelijker aanlinken.

Marieke vult aan:

Als deze jong overleden kinderen daarna contact maken met hun ouders, doen ze dat voor de herkenning in aanvang nog wel alsof ze zichzelf nog in hun kinderlichaam

vertolken. Je ziet echter bij deze zielen dat ze al snel een energetisch volwassen onstoffelijke verschijning worden.

Het kort incarneren als kind bewerkstelligt dat de onschuld nog heel lang gehandhaafd kan worden. Als je op het moment van zuiverheid van het onschuldige beleven zonder vooraannames nog kan overlijden en je hebt je hart en je bewustzijnsveld nog open, is dat zoals het ook in de onstoffelijke wereld was. Dan kun je snel in je taak oprijzen die in de onstoffelijke wereld al voor je en door jezelf was voorbereid. Je ziet dat deze zielen vaak zeer betekenisvol zijn naar de nablijvers: broertjes en zusjes die blijven leven, maar ook naar de ouders en andere familieleden. Velen van hen hebben echter ook een taak die vele malen groter is, waardoor ze zich bij hen alleen maar heel incidenteel tonen, omdat ze meer voor grotere velden ingezet worden om die te begeleiden.

De zingeving van een extreem lange incarnatie op aarde.

Heel oud worden heeft ook een speciale zingeving.

Sommige mensen worden heel oud in het bewust herinneren van anderen met wie ze zijn geweest. Dat is een van de zingevingen. Zij kunnen zich veel mensen waar ze mee geleefd hebben nog heel bewust herinneren. Dat heeft als doel om de sporen die die anderen en zichzelf achtergelaten hebben nog energetisch in het aardse bewustzijnsveld in te kerven.

Ik heb zelf op het moment een voorbeeld van mijn vader van 96 jaar. Hij vertelt mij steeds vaker: "Dit is zo merkwaardig, ik was op die en die dag en ik zat weer naast (iemand die hij zich dan nog herinnert), en het is net of het dat moment was en het gevoel, ik weet het gesprek ineens bijna letterlijk weer en ik heb daar 20 jaar of langer niet aan gedacht, maar nu, het is helemaal net als gisteren'.

Het zijn mooie beschrijvingen van bepaalde vrienden, familieleden of van mijn moeder. Die hebben energetisch iets nagelaten en dat het dan zo herbeleefd wordt, het is gewoon een illustratie.

Marieke: ik zal me afstemmen of er nog meer informatie vrijgegeven wenst te worden over het jong stervende kind of de mens die bijzonder oud wordt en in naderinnering staat van zijn dierbaren.

Aanvullingen op de jonge mens die vroegtijdig overlijdt

Het gaat om een tijdelijk verlies en een tijdloos 'verbindingssysteem'. Heimwee beamen is liefdesversterkend en scherpt de band aan voorbij de tijd.

Wat heet vroegtijdig bij de hele jonge mens die 'vroegtijdig' overlijdt? Het is heel relatief, het zijn meer onze woorden. Die jonge mens staat vaak uit met golven van emoties van hen die na (zullen) blijven. Wanneer het sterven zich voltrokken heeft, zijn de verbindinglijnen geschapen voor telepathisch contact; dat houdt in dat in rouwprocessen naar overleden kinderen toe het steeds belangrijk is de liefde centraal te stellen. Heimwee is het vervoermiddel van liefde. Heimwee beamen is niet bedrukkend, dat is liefdesversterkend en scherpt de band aan ook voorbij de tijd. Dat maakt dat er een onverbreekbaar verbond actief wordt of is. Er zal altijd in de terugkeer van de verbinding in letterlijke zin weer contactvolheid zijn na (het eigen) sterven of binnen nieuwe incarnatieplannen. Het is een tijdelijk verlies waar een mens mee uitstaat. De overbrugging is heimwee, die liefdevol gekend wordt in bevestiging van de waarde van dat wat ogenschijnlijk jou verlaten heeft, maar wat slechts tijdelijk fysiek uit beeld is. De verbinding is tijdloos.

Het investeren in die tijdloze liefde geschiedt wederkerig, want het feit is dat degene die overleden is bij jou in je leefwereldsysteem is ingetrokken, als vader of moeder, als familie, broertje, zusje, of als vriendschap ontstaan op het schoolplein. Die verbinding heeft een waarde en die waarde is tijdloos. Hoe meer de levenden de waarde van dat tijdloze verbindingssysteem beseffen, hoe minder ze rouwen met 'au'. Rouw is des mensen. De kunst om te eren wat je ondervonden hebt in samenzijn, dat is waar we allemaal meer op geschoold mogen worden.

Aanvullingen op de mens met een extreem lange incarnatie hier op aarde

Ik ga nu kijken naar de oudere mens die in naherinnering blijft van dierbaren, maar bekenden niet meer in letterlijke zin ontmoet.

Eenzaamheid van ouderen

Er zijn veel van deze ouderen stik-eenzaam omdat ze zich verlaten voelen, haast door het leven zelf, omdat ze te midden van onbekenden voor hen zijn. Ze hebben geen mensen meer om zich heen die in hun leven met hen opgereisd zijn.

Deze mensen willen vaak heel graag hun herinnering kracht bijzetten door er letterlijk over te spreken en foto's te tonen van hen die er niet meer zijn. Dat maakt dat zij zich minder eenzaam voelen en zich wat bekender durven te manifesteren in een voor hen vreemde omgeving. Wie dit voor hen wenst te vergemakkelijken doet er verstandig aan om ouderen te vragen of zij dierbare foto's of herinneringsvoorwerpen hebben die zij een plaatsje willen geven in de kamer waar ze wonen of rondom het bed waar zij hun laatste periode wellicht als zieke slijten. Die gerichte vraag is fundamenteel en wordt zelden of nooit gesteld.

Wanneer zij dit soort herinneringen om zich heen hebben, herinnert dit hen aan een liefdesoverdracht die zij gevoeld hebben naar dierbaren of dierbaren naar hen. Dan verbinden zij zich eigenlijk in de geest op een heel onstoffelijke wijze al met degenen die hen zijn voorgedaan in de aarde verlaten. Die verbindinglijnen worden daardoor indirect versterkt, waardoor ook de gestorvenen zich meer opgeroepen weten in contactlegging met degene die hen herinnert. Dat maakt dat terwijl zij in een vreemde omgeving vertoeven in die allerlaatste fase van hun leven en geen bekenden ontmoeten om het verleden nog aan te halen, dat sommige van die overledenen wellicht beschikbaar zijn om bij tijd en wijle, hoewel onstoffelijk van aard, aanwezig te zijn ter ondersteuning. Dus het belang van te vragen: "Zijn er dierbare voorwerpen waar u een mooie herinnering mee heeft? Zijn er foto's van dierbaren waar het voor u prettig is om naar te kijken?" is een kwalitatief hoogstaande vraag in zorg naar mensen in hun allerlaatste fase. Het zou in ieder protocol geschreven dienen te worden. Het geeft heel veel.

Verbinding met familieleden ver weg

Wat veel vaker ook voorkomt, is dat er wel familieleden zijn, maar ver weg wonend en druk bezet zijnd. Vooral bij oma's, opa's speelt het nogal eens dat ze dierbare gevoelens hebben voor hun kleinkinderen, maar dat die amper de tijd hebben om te herinneren dat opa of oma het aardse leven aan het verlaten zijn. Wanneer een van de familieleden opmerkzaam is, dan doet dat familielid er heel verstandig aan om familiefoto's om het bed heen te plaatsen alsof zij meer aanwezig zouden zijn. Verzamel af en toe berichten hoe het deze familieleden vergaat, zodat de stervende zich zelf verbonden kan gedragen.

Aanwezigheid van jonge kinderen

Ik zie een heel mooi beeld. Jonge kinderen hebben een speelse ontvankelijkheid, daar zit helemaal niets tussen. Kinderen bij een sterfbed is een genoegen voor de stervende. Alle protocollen worden doorbroken, zo'n kind geeft zich onvoorwaardelijk, vraagt allerlei zaken die de volwassenen niet hardop durven te vragen en de stervende vermaakt zich er vaak niet alleen mee, maar krijgt ook de kans om dingen te zeggen die de

volwassenen nog niet willen horen. Onthoud kinderen een sterfbed dus niet als zij daar moeiteloos zelf mee overweg kunnen gaan. Dit is heel belangrijk.

Trouwring overleden partner dichtbij

Waar veel stervenden veel aan ervaren als hun partner al heengegaan is, om de trouwring van hun partner (als de relatie goed is geweest) dichtbij te hebben of met een koordje om de hals te dragen. 'Vindt u het prettig als we dat doen?' Partners die als laatste overlijden ervaren dat als een enorme steun, omdat er een wereld van herinnering zit in de ring van hun partner. Ze hopen op weerzien en doordat ze die ring zo dichtbij hebben, is het alsof dat weerzien nóg dichterbij is.

Organiseer skype contacten om contactloosheid met dierbaren van verre op te heffen

Contactloosheid is waar de meeste ouderen het meest aan lijden. In deze tijd van hoogstaande techniek waarin geskypet kan worden, is het belangrijk dat in stervensbegeleiding steeds meer aandacht komt voor vormen van contactlegging met dierbaren die ver weg wonen. Het zou heel goed zijn als hiervoor geregeld (op verzoek van de stervende) tijdsruimte gecreëerd wordt. Mogelijkerwijs met een vrijwilliger eromheen zodat er in dat contact nog uitwisseling is. Je kan elkaar zo in ieder geval nog even zien ondanks de afstand.

Het is heel begroetelijk voor (extreem) ouderen, dat hun leeftijdgenoten ook niet meer reisvaardig zijn. Er dienen dus nieuwe vrijwilligersnetwerken opgezet te worden over het hele land verspreid, die organiseren dat er skypecontact kan zijn tussen oudere mensen die elders wonen, met een oudere die gaat sterven. Zodat het contact hersteld wordt en in die verbondenheid afscheid genomen kan worden. Dus dit zijn initiatieven die nog niet bestaan en die de onstoffelijke wereld aanbeveelt om te activeren.

Investeer in begripsvermogen van jongeren naar stervenden

Begripsvermogen van jongeren naar stervenden op oudere leeftijd is moeizaam, omdat zij bruisen van leven, moeite hebben om alles wat er per dag gebeurt bij te houden en dan moet je rustige, stille, vertraagde aandacht hebben voor iemand die nauwelijks kan spreken, die het leven geleefd heeft op een heel andere manier dan dat jij je leven voorstaat en waarbij je contactvolheid moet activeren zonder het proberen te veinzen. Dat is iets heel ingewikkelds voor veel jongeren. Ze doen hun best, maar ze hebben wel wat hulp nodig en daar willen de begeleiders nog iets over benoemen.

- Allereerst, jongeren hoeven niet veel te zeggen. Waar ouderen doorgaans al heel blij mee zijn, is als ze op bezoek zijn hun hand vasthouden en ze aankijken en zeggen: 'oma of opa, ik ben er, ik vind het fijn om even bij u te zijn'.
- Als je merkt als jongere dat opa of oma geïnteresseerd is, vertel dan iets over je leven: dat je verliefd bent of dat je net samenwoont, of dat je een kinderwens hebt, of hoe het met je werk gaat.
- Het gaat niet om lange volzinnen, maar het meest actuele waarvan je weet dat oma of opa het geweldig vindt, dat is de taal waarmee je liefde toont en je grootouder betreft in je leven.
- Help als volwassene in de omgeving deze jongeren die brug te maken. Geef uitleg dat de (over)grootouder niet veel verlangt. De hand vasthouden en gewoon iets vertellen over het leven dat je leidt, is voldoende.

Schouwing Marieke

Angst rondom het persoonlijke stervensproces

Er is maatschappelijk veel angst gaande rondom het persoonlijk stervensproces. Die angst vervult vaak ook het handelen naar derden waar sterven nabij komt. Er is veel mogelijk om angst te bezweren, zoals uitstel van de gedachte dat je gaat overlijden. Veel moediger is het echter om op jongere leeftijd al aandacht te creëren voor het persoonlijk stervensproces en de angsten die daarmee uitstaan. Ook wanneer sterven in letterlijke zin nadert, is er veel te doen in jezelf om de angst buiten de deur te houden. Los daarvan zijn veel mensen eenzaam op het moment waarin sterven plaatsvindt, omdat de ander zelfs met de beste bedoelingen heel moeizaam kan invoelen hoe jouw proces is ter plekke.

Op deze lagen zou ik graag wat meer inspiraties vrij willen geven ter bemoediging van ons allen. Ik ga beginnen.

Angst voor eenzaamheid

Allereerst, de stervende ziet het aan wat anderen tot hem vermogen te doen. Dat geschiedt op basis van goedkeuring, maar het kan ook geschieden op een manier dat de stervende er niets van begrijpt en zelfs afkeuring voelt rondom gedragingen van derden naar hem of haar toe in die laatste fase. Het wordt steeds moeizamer om daarover te communiceren omdat er ook een angst actief is die maakt dat je, wanneer je mensen tot verbetering wenst op te roepen, dat die ander dat niet altijd even geschikt vindt en zich zelfs meer verwijderd van jou gaat gedragen. De emotionele nood die dat kan geven in een stervende als een ander zich meer verwijderd van je gaat gedragen, maakt dat aanwijzingen voor verbetering vaak verzwegen worden. In zekere zin kampt de stervende dan met angstbelevingen rondom de eenzaamheid die toeneemt naar het moment toe waarop letterlijk sterven actief gaat worden. Eenzaamheid is dus niet vreemd op een mens zijn sterfbed. Zelfs niet als je omgeven bent door dierbaren of mensen met intentie tot goede verzorging. Die eenzaamheid kan nog ernstiger zijn als je plotseling overlijdt terwijl er niemand omheen is, of als je je ook letterlijk in de steek gelaten voelt.

De onstoffelijke wereld laat je nooit alleen

Wanneer eenzaamheidsgevoelens aan de orde zijn, dien je je eigen eenzaamheid te omarmen op een diep begeesterde wijze en dien je je buitengewoon betrokken tot de onstoffelijke wereld te verhouden, zodat dierbaren die eerder van je heengegaan zijn, maar ook de begeleiding die jou opwacht en die je verzorgt in het stervensproces daarnaartoe, heel aangesloten in jouw gevoel aanwezig kunnen zijn. Zelfs al voel je ze niet, al zie je ze niet, realiseer je dat je nooit en te nimmer letterlijk alleen bent. Je wordt waargenomen, er is zorg, alleen het valt buiten het beperkte gebied van jouw waarnemingsveld.

Dit is heel belangrijk voor ons allen. Als het moment daar is, is er dus meer dan wat jij letterlijk waarneemt. Bij het niet aanwezig zijn van derden, zal je nooit door de onstoffelijke wereld in de steek gelaten worden. Wie zich dus in alleen-zijn hult als een ervaring van in-de-steek-gelaten-zijn, doet zichzelf tekort, omdat velen meeleven voorbij het uiterlijke oog. Velen waar je in wezenlijke verbondenheid tijdens je leven mee bent geweest, hebben weet van jouw processen waar je door gaat. Die lijnen worden in het stervensproces energetisch aangetrokken voorbij jouw weten.

Dus op het moment van sterven en de fase daarnaartoe worden alle wezenlijke verbindingen gereactiveerd op een energetisch niveau. Dat is wat de begeleiding laat

weten. Het meest kostbare van de bloem is de nectar. Symbolisch kun je zeggen dat de nectar die in de relatie gevormd is, energetisch aanzwelt in verbinding tot jou. Dus mensen die dierbare contacten met jou hebben onderhouden, al is het van lang geleden, worden in hun energiesysteem aangesloten op jou voor nectarvoorziening. Dat maakt dat als je op een eenzaam moment zou sterven en je bewustzijn daarover hebt, dat de onstoffelijke wereld geheel aanwezig is om je hierin te ondersteunen en dat via de contacten die er zijn geweest nu de nectar energetisch naar jou toe vliedt voor de afhechtingsfase van dit leven. Dan lig je anders alleen te zijn, dan dat je dit niet zou weten. Daarom is de kennis die nu vrijgegeven wordt wezenlijk van belang.

Wie eerder in zijn leven eenzame periodes heeft gekend en zich daarin zelf heeft weten te omhullen met warme aandacht en innerlijke nabijheid ten aanzien van dat wat in zichzelf zichtbaar werd binnen die eenzaamheid, is ook in staat veel lijden te doorstaan zonder zich te onthechten van zijn natuurlijke ik. Hij blijft verbonden met zijn authentieke kern. Dat is heel wezenlijk, omdat wanneer je stervende bent en je beweegt je alleen maar in volstrekte afhankelijkheid van derden, omdat je het gevoel hebt dat je eigen Zijn helemaal uitgegumd is, voelt dat onaangenaam en dat versterkt het lijden. Je kan nog beter alles tot op de millimeter ervaren en trotseren in wat er met je geschiedt vanuit je eigen kernbewustzijn, dan dat je het contact met je diepere Zijn mist op het moment van sterven. Daarom is een te grote beneveling middels medicatie rondom sterven niet altijd zo gewenst. Wanneer je helder kan zijn met pijnreductie, is dat te verkiezen boven dat je eigenlijk van toeten noch blazen weet, omdat de medicijnen jouw proces overnemen in plaats van dat jij leiding houdt over het proces.

Want als de onstoffelijke wereld met jou bezig is en jij bent in bewustzijn helemaal haast buiten je lijf geplaatst, niet omdat dat de fase is van je sterven waarin je al wat meer buiten je lichaam komt te staan, maar via medicaties die onnatuurlijk zijn, dan is de match die plaats kan vinden op het bewustzijnsniveau van waar jij verblijft en met wat er met jou geschiedt van buitenaf ter ondersteuning, ook niet in bewustzijn. En kan misschien ook onvoldoende maximaliseren ten gunste.

Dus samenvattend: doorgaans zijn stervenden eenzamer dan gedacht wordt. Wie zich dat terdege realiseert, weet dat alleen liefde de brug is. Die liefde kan gericht worden op grote afstand, heel nabij, vanuit het neutrale hartsveld, maar wordt ook vanuit de onstoffelijke wereld gegenereerd in toegenegenheid naar de stervende toe. Daarin is het veld groter en minder waarneembaar dan wat jij feitelijk in ogenschouw neemt. Wie er rekening mee houdt dat dat veld vele malen groter is dan je waarnemingsveld kan waarnemen, voelt zelf dat ie in een groter veld beweegt dan puur het eigen Zijn. Je zal

merken, hoe meer je daarop durft af te stemmen, hoe vloeiender natuurlijker je daarbinnen gaat bewegen, als een vanzelfsprekendheid haast. Want dat veld gaat jou ook steunen om de goede diensten vrij te geven die nodig zijn in die fase.

De mens houdt zich te weinig in zijn leven met zijn dood bezig

Ik ga het nu hebben over het algemene thema dat de levende mens te weinig toegenegen is zijn dood voor ogen te houden. Er zijn altijd oprispingen in een leven dat je er ineens aan moet denken. Als je het dan gelijk wegwimpelt, doe je jezelf daarin tekort. De aandacht die het nodig heeft kan per levensstadium verschillend zijn, maar het vraagt soms meer bewustzijn dat dat je jezelf wil toekennen.

Ik heb lang geleden bij een dierbaar iemand een aantal verdiepingdagen rondom stervensbegeleiding gevolgd. Een onderdeel daarvan was een meditatie over dat je zelf gestorven was en hoe wou je opgebaard liggen? Welke mensen zou je om je heen willen hebben? Er werden hele concrete vragen gesteld en je ging gewoon de visualisatie in. Ik zag mij daar in een jurkje liggen en voelde de sfeer van de mensen en de onstoffelijke wereld eromheen. Het doet gewoon goed om het zo dichtbij te laten komen. Ik was toen in de 30. Maar waarom niet op die leeftijd, ook jongeren kunnen een ongeluk krijgen en er kunnen meer zaken zijn waardoor je jong afscheid moet nemen.

De begeleiders vragen of ik iets over mijn eigen proces daarin wil vertellen.

Toen ik in de 30 was stond ik op een gegeven ogenblik te koken en ik weet echt niet waarom, maar ik dacht: hoe oud zal ik worden? Het was zo'n gewoon moment waarin iets op kan komen, het was maar een vage gedachte, dacht ik. Ik was in die tijd al helderhorend en ik krijg per direct een tekst: "Een leven dat geleefd is in mijn naam is nooit te kort, mijn kind". Dat gaat natuurlijk niet alleen over mij, dat geldt voor heel veel mensen. De intentie van het hart, de verbinding van waaruit je iets doet, de gedragenheid die daaruit voortkomt, als je doet waartoe je je opgeroepen weet, heb je nooit te kort geleefd.

Toen ik in de 40 was, liep ik op een begrafenisplaats en las de teksten op de grafstenen, 'rust zacht', jullie kennen ze wel, soms zijn de teksten wat uitgebreider. Ik had zo al die teksten gelezen en ik had een vage gedachte van wat ik nu voor tekst op mijn graf zou willen. Toen kwam de onstoffelijke wereld met de volgende tekst: "Ik ben niet van u heengegaan om u te verlaten, maar om u naderbij te komen". Velen van jullie kunnen

dichterbij jullie geliefden komen in de onstoffelijke vorm dan in de stoffelijke vorm. Dus ondanks dat de tekst voor mij gegeven is, realiseer je je ook wat het voor jou betekent. Je hebt geen beperkingen meer. Je hoeft maar aan iets te denken en je bent er al. Je liefde is onbegrensd. Ga zo maar door. Je onstoffelijke vorm kent minder beperkingen.

Op mijn 50^e (ik ben nu in de 60): ik had altijd het gevoel dat ik niet heel oud zou worden, dus daar was ik over aan het mijmeren. Het was een hele drukke periode en ik had een soort verzuchting, later als ik er niet meer ben, ga ik eens lekker uitrusten, zo'n gevoel had ik. Ik vond het wel eventjes welletjes. En toen hadden mijn begeleiders de opwekkende tekst, dat als ik er hier niet meer ben, dan zou ik niet te lang rust krijgen, want dat en dat zal ik dan gaan doen, dus ik weet al erg goed wat mijn werk van daaruit zal zijn.

Het leven gaat onstoffelijk door in een andere betekenis

Wij hebben als levende vaak zo'n enge gedachtegang en zeker maatschappelijk gezien, dat dood is dood. Het gaat daar gewoon door in een andere betekenis. Die boodschap heb ik al vaker helderhorend mogen ontvangen.

Een voorbeeld. De man van een vriendin van mij is al enige tijd geleden overleden. Hij was een uitgetreden priester. Rondom zijn begrafenis kreeg ik al het een en ander door. Ik zag dat hij in die onstoffelijke wereld samen met overleden kardinalen, allemaal mensen hoger in functie, vernieuwing in de religies rondom christendom ging brengen, initiërend vanuit de onstoffelijke wereld, zijn taak lag al klaar. Die man was zijn hele leven bezig gebleven met dit soort onderwerpen, maar buiten de kerk. Hij is gewoon niet klaar, het gaat door, maar anders. Daar is de doorsnee levende niet mee bezig, die denkt: rust. Er zal best ook voldoende rust zijn en niet iedereen zal gelijk aan de gang hoeven.

Het is heel belangrijk dat deze informatie maatschappelijk opener komt te liggen. Dat jouw intentie in je werkzaamheden misschien straks wel het werk is vanuit de onstoffelijke wereld wat je doet. Misschien gaan jullie wel stervenden begeleiden als jullie overleden zijn om ze een goede opgang te gunnen. Ik kan het niet zeggen, het gaat om de verruiming van visie.

Waar zou de maatschappij baat bij hebben rondom sterven?

- *Minder ingewikkeld spreken over procedures, maar de ruimte creëren om de menselijkheid in stervensprocessen centraal te stellen. Het is belangwekkend dat de verwondering rondom sterven ruimhartiger gedeeld wordt.*
- *Benoem het hele spectrum en maak het van alle leeftijden. Je hebt stervens waar je helemaal opgemonterd vandaan komt omdat het helemaal prachtig was, en je ontmoet stervens die een en al lijden waren, zoals een bevalling die niet helemaal vlot ook uit de hand kan lopen en niet meer als aangenaam ervaren wordt. Benoem het hele spectrum, niet alleen het fraaie, het is én én. Waarom ook het afschrikwekkende toch benoemen? Omdat het risico dat het jou treft wellicht klein is, maar als het jou treft, weet je dat je niet de enige bent die die weg heeft af te leggen. Dat voelt minder alleen dan wanneer jij de enige uitzondering zou zijn omdat je er nog nooit over gehoord hebt.*
- *Sterven is een proces dat een levenlang duurt. In de lengte van het leven zoals dat voor jou bedoeld is, is iedere dag één dag minder. Ga dus bewust met die dag overweg, sommigen doen dat bij de eindafronding van een dag, dan laten ze de dag nog een keertje passeren: halen ze op wat hun vreugde heeft gebracht, kijken ze of er nog verdrietige naasten zijn, of zaken nog nazorg nodig hebben. Hoe je daarmee overweg gaat, is persoonlijk. Maar als je dat per keer mooi doet, ga je iedere dag weer met een redelijk schone lei in en is dat sterven, wat je dan doet op de dag van gisteren, niet iets waar je vandaag nog veel rouw over zou kennen.*
- *Zoek naar de nectar van het leven en activeer dankbaarheid. Er zijn mensen die zich heel vervuld voelen aan het eind van hun leven, omdat ze nagenoten hebben van alles wat ze mee hebben mogen maken. Het zijn hele dankbare mensen. Maar in onze versnelde maatschappij komen we te weinig toe aan dankbaarheid en rust om na te resoneren op dat wat al geweest is. Soms heeft dat een inhaalslag nodig op een sterfbed en kan je dus ook als bezoeker, als mensen nog heel goed aanspreekbaar zijn, kijken naar waar de nectar ligt van het leven, zodat mensen bewuster gaan graven en ineens meer herinneren en meer dankbaarheid kennen.*
- *Leer goed afscheid nemen. Wie goed afscheid kan nemen, telkens weer in de kleine en grotere afscheidsvormen die het leven ons brengt, heeft het minst moeite uiteindelijk met sterven. Maar als de gehechtheid aan dat wat afscheid*

neemt van jou of waar jij afscheid van dient te nemen, buitengewoon tergend langzaam gaat en soms ook symbiotische verstrengelingen kent, dan kan je zo verstrengeld zijn met het leven zelf dat afscheid nemen haast ternauwernood genomen kan worden. Het leven mag je inhaleren maar je mag het niet vasthouden. Het is net zoals die mooie tekst van Kahlil Gibran: 'Kinderen komen tot je maar ze zijn niet je eigendom'. Het leven heeft je opgenomen, maar wanneer de tijd daar is, dien je het aardse leven te laten gaan opdat je opgenomen wordt in een groter leven. De kunst is je tijdig te realiseren dat het zo werkt.

- *Hoe kunnen de dagen die nog resten de innerlijk rijkste dagen van je leven worden? Daar is veel begeleiderschap op gewenst.*

Veel mensen wensen hun beklag te doen als het leven eindig blijkt te zijn, als ze een uitslag hebben gekregen dat ze het niet lang meer zullen maken. Dat is ook de mens eigen, omdat de meesten heel graag nog wat meer levenstijd hadden willen genieten. Het is heel wijs om de ander te steunen daar niet te lang in te blijven, maar te bevoelen hoe de dagen die resten de rijkste kunnen worden van het hele leven wat al geleid is. Wie wens je nog te zien? Wat wil je nog ondervinden? Wat wil je nog ten opzichte van jezelf in het reine brengen? Zijn er zaken die je nog op schrift wilt stellen? Zijn er nog dierbare gedachtes die je met anderen wilt delen, omdat je ze misschien nog meer wilt bevestigen dan dat je wellicht al of niet gedaan hebt? Daarmee te rade gaan is beter dan dagenlang, maandenlang, een jaar lang vanuit beklag blijven hangen in de fase van 'ik kan er niet onderuit, want sterven dient zich aan'. Daar is veel begeleiderschap op gewenst. Dus zoals jullie hier zitten met oog voor sterven, zijn jullie een welkome aanvulling om dat proces zo te begeleiden dat mensen indien mogelijk de innerlijk rijkste dagen van hun leven nog tegemoet gaan.

Er is nu gelegenheid om vragen te stellen.

1. Vraag rondom een voorkeur voor begraven en cremieren

Een deelnemster heeft ooit iemand horen spreken over als je voor crematie kiest, dan is er meer onthechting gaande naar het lichaam omdat dat niet meer op aarde is. Deze persoon die ook wel spiritueel geëngageerd was, had zelf een voorkeur om die reden voor cremieren. Andersom zullen er ook mensen zijn die hun 'restje' ervaringswereld (dat

nog in hun lichaam huist) graag willen afdragen aan de aarde voor transformatie aldaar en het fijn vinden om symbolisch en letterlijk weer tot stof over te gaan.

Ik ga het aan de onstoffelijke wereld vragen zodat het los van persoonlijke voorkeuren is en kijken wat zij daar over willen berichten.

Het verlangen naar sterven goed af te ronden, vindt vaak een ultieme vorm in een gedenkteken dat opgericht wordt ter herinnering van de overledenen. Daar worden ook de uitvaartrituelen en zij die al of niet spreken, of muzikaal zaken omlijsten, bij bedacht. Allemaal als ering van. Echter, voorbij deze rituelen die des mens zijn, is er in de onstoffelijke wereld geen voorkeur, daar de voorkeur door de mens geschapen wordt.

Wat ik voel: als je echt los bent van je lichaam, dan is dat nieuwe leven zo intens levend, dat staat helemaal los van een lichaam dat bewegingloos is. Het zijn gedachteaanname die hun vorm krijgen als respectbetoon voor het geleefde leven. Het heeft dus vooral met herdenkingsrituelen te maken.

In een lichaam dat langzaam overgaat in de aarde, werkt de naresonantie van dat lichaam langer na dan in een lichaam dat verbrand is en waar eigenlijk alleen de stof rest. Voor het niet-aardse leven is het niet relevant, maar voor je eigen verwerking van 'wil ik dat ik gelijk uit de lucht ben', of 'resoneer ik nog even na hier op aarde met mijn herinneringsveld', daar zit een nuanceverschil in. Het lichaam heeft altijd iets aan herinnering, maar ook voorwerpen die het lichaam heeft aangeraakt, kunnen 'herinneringen' vasthouden.

2. Voelbare 'aanwezigheid' na overlijden.

Een deelnemer zegt: 'Soms kom je een huis binnen van een overledene en daar hangt pregnant nog veel 'aanwezigheid' in de atmosfeer, hoe moet ik dat definiëren?'

Een andere deelnemster zegt: 'Toen mijn vader overleden was en ik kwam voor het eerst weer in zijn huis, voelde dat helemaal leeg, alsof het helemaal uitgehold was, alsof er geen ervaring meer in lag'.

Dat zijn even de uitersten om te schetsen en ik zal gaan schouwen om te kijken wat daar kan spelen en hoe je daartoe kan verhouden.

Iemands aanwezigheid kan heel lang navoelbaar zijn op een plaats waar iemand geleefd heeft. Het zit in de meubels, het zit in de atmosfeer, het zit in het looppad binnen het huis dat veel betreden is, op slaapkamers, de kant van het bed waar diegene sliep, etcetera. Het is sterk afhankelijk van hoe het belevingsveld van een persoon was. Was zo iemand licht, ontvankelijk, geestelijk verruimd, openstaand, dan is het een verhelderende oplichtende sfeer. Daar hoeven bewoners die daarna op zo'n plek gaan leven, geen nahinder van te hebben, integendeel het kan hen zelfs verfrissen. Alleen op plaatsen waar veel narigheid geschied is, en leed dat onverwerkt rondhuist, kan er nahinder zijn voor de nieuwe bewoners. Daar is buitengewoon geleefd op een manier dat wat daar geleefd is nog niet opgelost is en dat is merkbaar in de atmosfeer.

Als er reden is om aan te nemen dat een overledene nog huist in het huis van weleer, heb je doorgaans het gevoel alsof je letterlijk nog aangesproken kan worden door zo'n persoon, maar in de context van het nu. Terwijl als je het gevoel hebt dat er nog een hele levendige herinnering ligt van een overledene in een huis, waarin die herinnering nog niet bestorven is omdat de intentie tijd van dat herinneringsveld heel lang aanwezig is geweest op een eenduidige plek, dan heeft het veld niet uit te staan met het nu, maar met toen.

Daar kan je dus veel differentiatie in ervaren als je sensitief bent.

3. Energetische veranderingen in de nabestaanden

Deelnemer: mijn moeder is 45 dagen geleden overleden. Ik had op een gegeven ogenblik een diep gevoel van 'ik ben niet meer geordend, ik ben niet meer mijzelf'. Een heel raar gevoel, de positionering is weg, zal ik maar zeggen. En toen dacht ik: 'hoe werkt dat dan aan deze kant, van degene die dus overblijven?' Toen dacht ik: 'ja, het is niet alleen dat het voor mij is veranderd, maar voor mijn broer, voor mijn zus, maar voor alle vrienden en kennissen ook. Is er ook in dat veld iets verschoven?' Mijn vraag is eigenlijk: Hoe werkt dat, wat gebeurt er eigenlijk met degenen die overblijven?

In een familiesysteem zit een rangordelijkheid te werken. Wanneer een deelnemer van het familiesysteem overlijdt, wordt er dus ook inbreuk gedaan op die rangordelijkheid, zeker als een koploper in het systeem overlijdt, een ouder of een grootouder. Dat kan heel verschillend ervaren worden, afhankelijk hoe nauw de band was en hoe verwerkt de relaties zijn. Er zijn soms zelfs mensen die het gevoel hebben dat ze niet vooruit kunnen

met hun leven zolang hun ouders nog leven, omdat ze veel onverwerktheid hebben ten opzichte van hun ouders of hun ouders ten opzichte van hen. Zij behoeven vrije ruimte waardoor de impressies in de rangordelijkheid niet op hen rust. Andersom geldt ook. Als een dierbare overlijdt, kan het gemis zo enorm groot zijn, dat het zomaar kan geschieden dat je je ineens onverzorgd voelt, minder in liefde gevoed, omdat er altijd sprake is geweest van een grote liefdesoverdracht en zorgoverdracht. Het voedingssysteem dat jou indirect vanuit die verbinding aangereikt werd is er niet meer. Hoewel de stroom van een ouder naar een kind zich niet altijd zichtbaar vertolkt, kan er toch een vorm van overdracht zijn waarvan je wel dient te erkennen dat er in je gevoelswaarde een verschil ervaren wordt.

4. Verwerking van de ouder-kind relatie

Er zijn ook mensen die ernstige zaken hebben meegemaakt met ouders die ze haast niet kunnen vergeven. Die zijn bezig met 'als mijn ouders er maar niet meer zijn, kan ik vrij leven', omdat ze wel voelen dat ze ergens die ouders ook op een gegeven moment nog moeten vergeven, gezien wie ze waren en hoe ze deden. En dan lijkt het een opluchting te zijn als de ouder dood is, want die is niet meer aanspreekbaar, dus je hoeft jezelf niet flink vooruit te bewegen om dat bij leven nog verder rond te krijgen, want dat komt nog wel oooooit. Dat geeft ruimte in het hart, terwijl in wezen het proces precies hetzelfde blijft.

Ik ga naar dit thema ook schouwen.

Veel van wat ouders nagelaten hebben om welke reden dan ook, om te doen in hun opvoeding en nazorg naar kinderen, vindt zijn verhaal in het latere leven. Echter niet meer op zo'n overzichtelijke manier als tijdens een opvoeding aangeboden kan worden. Veel ouders die spijtgevoelens hebben naar hoe ze met hun kinderen omgegaan zijn in hun jeugd, leven met verkapte schuldgevoelens en zouden zaken willen inhalen op een manier die niet meer realiseerbaar is zoals toen had gekund. De redenen zijn talloos waarom dingen geschied zijn zoals ze geschied zijn. Echter voor het huidige moment waarin ouders op een gegeven ogenblik opgedragen wordt om dit tijdelijke leven te verlaten, kan binnen een familieconstellatie het heel gewenst zijn dat zaken geschoond zijn voor het overlijden, ook voor de rest van het nageslacht. Dat maakt dat overlijden dat gepaard gegaan is met oplossingen van wat in het leven ontbroken heeft tussen ouders en hun nazaten, een prachtige extra opgemonterde doorstroming kan geven bij

de nazaten. Het scheelt wanneer binnen de familieconstellatie individuen, een broer, een zus, een kleinkind hun huiswerk daarin gedaan hebben. Dit verlicht het voor de constellatie.

Als er veel werk te doen is in relatie tot het schoonmaken van dat wat het systeem beschadigd heeft, dan zijn de schoonmakers behulpzaam bij het overlijden van de oudere garde, zodat zij minder nog behoeven mee te dragen.

Het inlevingsvermogen van jongeren naar ouderen is vaak minimaal. Doorgaans is de constellatie zo dat ouderen jongeren moeten invoelen. Doorgaans zijn jongeren (je merkt het ook met familie-opstellingenwerk) totaal niet gemoeid met hoe het de oudere in hun jeugd en de periode erna vergaan is. Je had niet altijd een keus. Bijvoorbeeld je werd verliefd en je zat in een leeftijd waarin seksuele aandrang begon te gelden, er was niets te experimenteren of als je al de moed had om eerder met een meisje te vrijen dan in het huwelijk, en ze werd zwanger, dan werd het een moetje, dan moest je wel trouwen. Je zat meteen vast je hele leven lang. Scheiden was haast not-done. Als vrouwen inspiraties hadden op welk vlak dan ook: werkgebied, kunstzinnigheid, als je eenmaal zoveel kinderen had, hoeveel ruimte en keuzevrijheid had je dan nog? Een man moest een gezin onderhouden. Het heeft heel veel gevraagd aan onze ouders en hun ouders om voldoende gezinsinkomen te veroorzaken. Dus al die mensen die al vrij jong bij elkaar kwamen en het een heel leven lang met elkaar dienden te doen, of er wel of niet nog liefde was, ze hielden maar vol voor dat gezin. Het is begrijpelijk dat er dan wel eens wat mis ging in de opvoeding. Gisteren bleek in een TV-uitzending dat psychologen van wat langer geleden vonden dat je kinderen helemaal niet moest knuffelen, want dan konden ze later neurotische volwassenen worden.

Onze ouders hebben met van alles en nog wat opgezadeld gezeten en wij denken, omdat wij een generatie jonger zijn en de generatie onder ons weer jonger, dat het dan allemaal wel meeviel, maar het inlevingsvermogen naar oudere mensen is doorgaans minimaal voor de jongeren bij de nazaten. Dat mogen we ons wel eens realiseren, want wij weten niet welk offer zij gebracht hebben om met dit soort gezinnen altijd te zijn. Wij hebben vaak geen idee, wat die mensen allemaal hebben meegemaakt, waardoor zij dingen anders beleven. Dat dienen we te respecteren.

5. Vraag over bewustzijnsverschillen in sensitiviteit

Mijn vraag gaat over het stervensproces dat bij mijn ouders dichterbij komt. Ik voel een aantal dingen tegelijkertijd. Aan de ene kant gaat het om inlevingsvermogen naar hen toe en aan de andere kant voel ik dat het stokje wordt doorgegeven vanuit hun wijsheid als ouders, de echte erfenis zullen we maar zeggen. Tegelijkertijd voel ik een bewustzijnsverschil qua sensitiviteit. Ik ben met dit soort dingen bezig en mijn ouders zijn daar nooit mee bezig geweest, hebben daar geen taal voor of geen ruimte. Mijn vraag is dus: hoe ga ik om met name ten aanzien van deze bewustzijnsverschillen?

Als je ouders gaan overlijden, zijn ze in zekere zin bezig het stokje door te geven. Het zal per ouderpaar verschillend zijn hoe hun verantwoordelijkheid daarop beleefd wordt. Maar als nazaat kun je ook de open vraag stellen 'wat vraagt het om bij de oudste generatie te gaan horen in een familieconstellatie?' En wat vraagt dat rondom het sterven van de oudere voor hen die daar direct onder vallen en een andere bewustzijnsontwikkeling doormaken? Mag ik je vraag zo samenvatten?

Veel ouders hebben een wens dat kinderen in overeenstemming met hun waarden en normen leven. Hoewel zij ieder kind de vrijheid gunnen, doen veel ouders toch heel erg hun best om iets aan overdracht te creëren van wat zij zelf waardevol achten. Wanneer kinderen en kleinkinderen in bewustzijnsontwikkeling verder uitgegroeid zijn dan de ouderen die gaan overlijden, kan dat ook enigszins tot verwarring leiden omdat dat wat overgedragen wenst te worden niet altijd conform het geweten van de jongere actief is. Niettegenstaande dat, hebben zij (de ouderen) wel het pad geëffend voor dat wat in de nazaten kon ontstaan. Daarom is het altijd van belang dat zij die nablijven zich realiseren dat via dit pad jouw leven en het leven van jouw nazaten is ontstaan.

Luister duldzaam. Vereenzelvig je niet met wat de ander wenst na te laten, maar verkies in overgave aan wie je werkelijk zelf bent geworden, te luisteren naar wat de ander vrijgeeft. Meer hoeft je niet te doen. Dus realiseer je dat je via dit pad gekomen bent, dat jij nieuwe sporen zet, het pad verruimt en misschien meer wegen zich gaan ontvouwen. Wat zij nalaten kan zelfs tot bekommernis leiden voor degene die uit dat pad zijn voortgekomen, maar het is in feite al een afgelegde weg. Sommige wegen laten een soort vruchtbaarheid achter wat ook generaties nadien nog op te delven is en sommige zaken zijn echt aan de tijd nagelaten van toen en niet reproduceerbaar.

Wat wel reproduceerbaar is, zijn sommige onderdelen van karaktereigenschappen die fundamenteel zijn geweest om zaken te veroveren.

Ik kan misschien even kort naar jouw moeder en vader schouwen om te kijken wat dóór leeft in de nazaten (op jullie manier). Ik begin bij je moeder. Gewoon als voorbeeld, (jullie snappen dat ik dit niet bij iedereen kan gaan doen).

Jouw moeder was goedlachs in haar jongere jaren maar heeft ook veel zorgen gekend. Veel van wat zij ontmoet heeft wat voor haar zorgwekkend was, heeft ze niet gedeeld met anderen om anderen daar niet onnodig mee te belasten. Waar ze kon, heeft ze zaken proberen op te ruimen en weg te poetsen om anderen het leven lichter te maken. Die eigenschap is op zich een mooie eigenschap in zorgvuldigheid naar derden waar je niet alle bekommernissen wilt delen als het hun pad verzwaart.

Jij bent ook uit dat hout gesneden. Waar je dat kan doen, doe je dat en doe je dat ook zonder veel omhaal daarvan te vertellen of vrij te geven naar anderen. Jouw moeder heeft altijd ergens gezocht naar de lichtpunten, ook al waren ze niet altijd eenvoudig te vinden. Jij bent bijvoorbeeld ook zo iemand en in jouw nazaten leeft dat ook, om altijd weer licht te vinden daar waar duisternis is. Jij probeert altijd, ook in je werk, het licht groter te maken, zodat de duisternis gaat verbleken. Jouw moeder heeft dat voorgeleefd. Het is haar niet altijd gelukt, maar ze had soms ook te veel om handen waardoor dat ook niet altijd realiseerbaar was. Als ik langer kijk zou er meer zijn, maar ik ga nu naar je vader, om gewoon ook een paar punten daarvan te geven.

Jouw vader is een doorvorsers. Soms een beetje tot het enge af. Want waar een ander allang stopt, rustte hij niet, want dan moest hij nog meer begrijpen, zelfs al lijkt het zinloos en bloedeloos te worden. Pas wanneer het begrip er is, kan hij verder. Jij weet wel sneller af te hechten, maar dankzij hem heb jij geleerd door te vragen tot het jou bevredigt. Jouw vader heeft nog wel dat hij doorvraagt ook al bevredigt het hem allang niet meer. Nou dat stukje heb je niet afgekeken. Een ander punt van jouw vader: hij is een volhouder, al wordt hij er zelfs sikkeneurig van, maar volhouden zal hij. Jij wilt het leven wat lichter nemen, maar om de zaken van essentie daar wil jij ook niet zomaar verstek in laten gaan en dat is ook je eer te na. Jouw vader heeft dat in zekere zin ook voorgeleefd en heeft het soms net wat te lang volgehouden en op die manier wil jij niet eindigen. Dus je hebt prachtige spiegelingen gehad.

Zo dienen we dus te kijken naar onze ouders, dit zijn maar even twee puntjes van ouders die ik zelf niet persoonlijk ken, maar het belang daarvan is duidelijk. Ze hebben een pad gelopen wat niet jouw pad is, maar ze hebben wel jouw pad voorbereid.

6. Hoe is het in de onstoffelijke wereld?

We hebben net veel hilariteit gehad, want er is een vraag of ik iets zou kunnen vertellen hoe het nu daar is in die onstoffelijke wereld, maar ook met wat Marleen als illustratie inbracht. Er zijn namelijk meer mensen die daar dingen over hebben gezegd, maar dat kan zelfs leiden tot zaken van het hoofd zoals: 'Als ik overga, dan moet ik daar en daar op letten, anders ga ik de verkeerde kant op'.

Ik ga kijken wat ik mag zeggen. Ik heb zelf een aantal ervaringen daarmee opgedaan, ik heb ook het een en ander mogen waarnemen wat natuurlijk een groot cadeau is, maar ik ga kijken wat in deze strekking belangrijk is.

Onze belevingsaard is lichtzijdiger

Het eerste wat de begeleiding vrij wil geven, is dat de lichtheid in de ervaringswereld ruimer is dan wat op aarde mogelijk is, omdat we hier ook allemaal lijden aan de magnetische zwaartekracht. Wij worden meer en langer gekluisterd in gevoelens en gevoeligheden die niet immer van het lichte soort zijn. Dat wat wij hier zijn, is een zwaardere uitdrukking dan de uitdrukking die we gaan vertolken als we in de onstoffelijke wereld zijn. Daar zijn we niet alleen vanuit een lichtere substantie, vanuit een energetisch lichaam aanwezig, maar ook onze gevoelsaard, onze belevingsaard is lichtzijdiger. Vinden jullie dat geen mooi woord? Lichtzijdiger. Wij kennen wel het woord veelzijdig, maar daar ben je lichtzijdiger. Een onstoffelijk lichaam is uit lichtfrequenties opgebouwd. Alleen als er veel onverwerkte emoties zijn of dwangmatigheden, dan zitten er in die onstoffelijke lichamen meer grijstinten. Er kunnen overigens ook allerlei kleuringen zitten in lichtgestaltes. Wat niet wil zeggen dat degenen die contacten maken met leven op aarde soms nog een verschijning aannemen zoals ze waren bij leven, zodat de vergelijking goed te maken is om wie het gaat. Maar in de onstoffelijke wereld is de lichttonatie en de uitstraling van het onstoffelijke lichaam buitengewoon.

Telepathie is moeiteloos

Een ander iets wat heel sterk is in de onstoffelijke wereld, is dat telepathie moeiteloos gaat. Waar je je gedachten op richt, daar kun je zijn. Het oerheimwee waar mensen vaak hier op aarde aan lijden, heeft te maken met het verlangen geweten te worden in wie ze waarachtig zijn. Dáár hoef je geen moeite te doen, je wordt geweten. Maar ook andersom, je weet de ander directer.

De belevingswereld heeft een buitengewoon diverse en fijnzinniger reikwijdte

Wat in de werkelijkheid van de belevingswereld geldt, kan ook in uitzonderlijke creaties getoond worden. Dat houdt in dat wat de mens op aarde beleefd heeft in waarneming van vorm en kleur en diversiteit, in de onstoffelijke wereld een veel grotere, een diversere reikwijdte heeft. Dus kleuren zijn intenser, gevarieerder, helderder en ga zo maar door. Klank kent ongekeerde hoogtes en verdieping en trillingsresonantie in vergelijking met de aardse klanken. De subtiliteit in belevingsvelden is immens. Dus wij hebben hier een spectrum aan voelen, aan ervaren, maar daar is het veel diepzinniger, veel fijnzinniger, veel ruimer en ruimer ook zelfs in afstand van wat belevingen met ons doen, we vangen ruimer op en we ervaren grootser.

De variatie aan wat wij hier kunstzinnig noemen is niet te evenaren met wat daar in de wereld van de gedachte gecreëerd kan worden. In ieder opzicht, of het over architectuur gaat, over wat dan ook, het heeft een intensere belevingsaard en gevarieerdheid en het is ook in die fijnstoffelijke gelaagdheid opgezet, waardoor het effect en de werking van wat gecreëerd is heel diepzinnig doorwerkt op de omstanders. Dus de effecten van de lichtwerking die van alles uitgaat, is dat alles bezield is, niets is onbezield.

Hoewel wij weten dat een steen op aarde ook bezield is (een langzaam leven van bezieling heeft), is de bezieling daar heel tastbaar voelbaar aanwezig voor een ieder die zich daartoe wendt. De zielswerkelijkheid, het fenomeen van dat jij een bezield wezen bent en dat je ook ruimhartiger bent en weidser dan jouw aardse betoon, heeft daar ook meerdere verschijningsvormen, omdat zelfs terwijl jij hier op aarde leeft, is er een verhoogde afspiegeling van jou ook in die onstoffelijke wereld actief. Dus zeg maar als je contact maakt met je eigen hogere zelf, heb je verbinding met al wat jij meer bent dan wat jij in één incarnatie kan bevatten om hier te leven op aarde. En in die verbinding die je weer aangaat daarmee in die onstoffelijke wereld, is het maar net afhankelijk van jouw evolutie hier als mens in welke gelaagdheid je daar opgenomen wordt in de sferen. Het oefenpatroon in vervolmaking zet zich eigenlijk eeuwigdurend voort. Dus er is een hoger Zijn van jou waar jij potentieel in bewustzijn naar toe ontwikkelt.

Omdat de oefenschool is dat je op aarde leert als mens bewust bewust te worden, is de beperkende aanwezigheid op aarde volstrekt belangrijk om van je eigen bewustzijn het eigendom te leren kennen. Je bent meer dan dat je hier kan vertolken. Je komt er dáár weer een stukje dichterbij. Maar ook daar evolueer je door. De leerprocessen in de onstoffelijke wereld gaan door. De waarde van aardse leven is dat je veel sneller naar een geestelijk ruimer bewustzijn door kan groeien dan in de onstoffelijke wereld, omdat het hier zoveel moeilijker is. Dáár is alles makkelijker in inzicht, wat niet wil zeggen dat je

daarmee dat bewustzijn ook bewust in een vermoeilijkte omstandigheid kan manifesteren zoals hier op aarde. En daarom kom je weer terug.

Kindersferen

Ik ben zelf eerder ook werkzaam geweest als een begeleider in de kindersferen. Kinderen die net overleden zijn komen daar terecht. Ook volwassenen kunnen in de onstoffelijke wereld weer naar een kindersfeer teruggebracht worden om weer in onschuld te komen. Daar heb ik veel beelden van gezien. Ik vergelijk het altijd maar met prachtige weilanden met witte bloemen, kinderen in prachtige lichte kleden, begeleiders met een enorm mooie lichte uitstraling waar een veld van vrede is en kinderen die dartelen en gelukkig zijn. Zij worden in deze sfeer weer voorbereid òf op incarnatie of (na een kinderdood op aarde) van hier uit naar een volwassen verschijningsvorm aldaar. Heel veel zielen die incarneren, gaan ook niet via de kindersferen weer terug naar incarnatie hier op aarde. Je hebt dus ook gewoon baby'tjes die met een behoorlijk volwassen bewustzijn incarneren. Die kijken je soms aan alsof ze nog een oud mannetje of oud vrouwtje zijn.....