

bijzondere ervaringen rond het sterven

Peter Fenwick is in Engeland een bekende autoriteit op het vlak van Bijna Doodervaringen.

In het recent verschenen boek *The Art of Dying* gaat het niet over Bijna Doodervaringen, maar over ervaringen die eraan verwant zijn (sterfbedvisioenen, terminale helderheid, reacties van dieren, aan- of uitgaan van elektronische apparaten, verschijningen, enz.). Fenwick noemt deze *End of Life Experiences*. Het is een indrukwekkende studie geworden over verschijnselen waar weinig systematisch onderzoek naar is gedaan.

Het boek is gebaseerd op een onderzoek dat Fenwick opgezet heeft in Engeland, Ierland en Nederland onder verzorgenden, verpleegkundigen en artsen in hospitia, die beroepshalve veel te maken hebben met het sterven van mensen. Via een vragenlijst werd het personeel gevraagd of men bepaalde verschijnselen uit eigen ervaring kende de voorbije 5 jaar. Vervolgens werd gevraagd om een jaar lang (prospectief) alert te zijn op deze bijzondere voorvallen. Daarvan kon dan opnieuw verslag worden gedaan.

Het resultaat van het onderzoek is een beschrijving van vele nieuwe casussen. Een tv-programma leverde 500 brieven op. Een artikel in de krant bracht 400 reacties. Deze bijdragen zijn in het boek verwerkt.

Hieronder probeer ik een aantal verschijnselen te verduidelijken.

sterfbedvisioenen

Sterfbedvisioenen zijn al langer bekend in de literatuur.

Soms zien stervenden overleden familieleden bij hun bed, terwijl de omstanders hier niets van zien.

Mijn broer lag in het ziekenhuis... Hij haalde moeizaam adem... Hij keek 45 graden naar boven en had een brede glimlach, alsof het op iemand gericht was. Hij keerde zich naar mij en hij stierf plotseling in mijn armen. Tot op vandaag weet ik zeker dat hij mij wilde vertellen wat hij had gezien. Deze enkele seconden voordat hij stierf blijven me voor altijd bij. Het was zo krachtig (29).

Bij andere ervaringen begint de stervende te spreken tegen zijn familieleden die hem verschijnen. Tegelijk is hij echter volledig bij bewustzijn. Deze sterfbedvisioenen zijn niet echt zeldzaam. 65% Van de zorgverleners kende het uit eigen ervaring.

De vraag is hoe wij deze belevenissen moeten verklaren. Zijn het hallucinaties?

Volgens Fenwick zijn het per definitie hallucinaties, omdat de stervende (enkele uitzonderingen daar gelaten) zelf alleen de beelden waarneemt. Desondanks zijn er een aantal argumenten aan te voeren, dat deze ervaringen verwijzen naar een andere werkelijkheid.

Ten eerste is er bij de patiënten geen twijfel over hun ervaring.

De verklaring dat deze ervaringen komen door medicijngebruik voldoet niet, omdat deze ervaringen ook voorkomen bij stervenden die geen medicijnen gebruiken.

Een interessant argument dat Fenwick gebruikt is, dat het zien van overledenen alleen voorkomt bij stervenden en nooit bij bijv. operaties, waarvan de patiënt achteraf goed is hersteld. De ervaring dat een patiënt overleden personen ziet is dus een zekere indicatie dat hij/zij gaat overlijden.

Innerlijk kan de ervaring een grote verandering teweeg brengen bij de stervende.

Mijn tante geloofde niet in leven na de dood. Ik wel. We bezochten haar en spraken over gewone dingen, toen ze plotseling zei: 'ik heb mama gezien vannacht. Ze zei: 'waarom kom je niet bij mij en de rest van de familie?' Ik verliet de kamer terwijl de andere bezoekers door gingen met praten. Plotseling kwam mijn oom in de kamer en vertelde me dat mijn tante mij wilde zien. Toen ik de kamer binnen kwam keek ze me aan en zei: 'Bert, je had gelijk'. We vertrokken en de volgende dag stierf ze (84).

Terloops bespreekt Fenwick in het verlengde van deze ervaring, de **terminale helderheid**, die sommige stervenden hebben. Vlak voor het sterven kunnen ze opeens hun ledematen

bewegen, ontwaken ze uit hun coma, zitten rechtop in bed en herkennen als Alzheimerpatient plotseling familieleden. Medisch zijn deze veranderingen moeilijk verklaarbaar.

toeval

Er zijn ervaringen rond het sterfbed, die moeilijk aan toeval toegeschreven kunnen worden.

Mijn moeder werd met spoed opgenomen in het ziekenhuis. Ik bezocht mijn moeder op zondag. Ze leek zich goed te herstellen. Maandagmorgen vroeg werd ik wakker en zag ik mijn moeder in het licht staan... in haar dagelijkse kleren... Met medeleven zei ze: 'Maak je geen zorgen Jean. Het gaat goed met mij'. Dit werd herhaald daarna verdween ze. Ik keek naar de klok naast het bed; het was 3.20 uur. De volgende dag vertelde een verpleegster dat ze om 3.20 gestorven was. Het was een vreemde ervaring en ik heb het aan niemand verteld (52).

Een verpleegkundige vertelt:

Een vrouw van 97 lag op sterven... Ze sprak met iemand... We vroegen haar later met wie ze aan het spreken was? Ze zei dat het haar zuster Alice was die 6 maanden eerder was gestorven en dat Alice haar de volgende dag om 2.30 zou ophalen. De volgende dag begon ik met werk om 14.00 uur en vroeg: 'leeft ze nog?' Ik hoorde dat ze stervende was. Kort daarop zag ik met een andere verpleegkundige haar sterven. Vlak voor 2.30 uur opende ze kort haar ogen en fluisterde: 'Alice'. Ze strekte haar hand uit en ging in vrede heen (42).

Soms zijn er merkwaardige fysieke verschijnselen op het moment van iemands overlijden: een telefoon die afgaat op dat moment, een klok die ermee ophoudt of een stilstaande klok die plotseling begint te slaan, het hevig huilen van een hond, een tv-scherm dat uitvalt, enz. Ook komt het voor dat mensen zich plotseling heel onwel voelen, waarbij ze achteraf horen dat juist op dat moment een geliefde is overleden.

Op 1 januari om ongeveer 12.45 was ik aan het werk en begon ik mij echt ziek te voelen. Ik kon mijn vinger er niet leggen op wat er fout was. Het verschrikkelijke gevoel van zwakheid duurde 20 minuten. Later die dag belde de zoon van mijn nicht mij op om te vertellen dat mijn nicht was gestorven. Ik vroeg hem hoe laat het was dat ze was gestorven en hij zei 12.55.

Om de waarschijnlijkheid van dit soort ervaringen te bepalen ontwikkelde Fenwick de toevalligheidsschaal met als vragen: klopt het tijdstip, was de ervaring emotioneel en ongewoon, enz.

Fenwick stelt dat toeval in sommige gevallen een rationele verklaring is. Maar in andere gevallen is het aannemelijker dat er sprake is van een verband tussen twee personen en dat daaruit de synchroniciteit verklaard moet worden.

licht en mist

Soms zijn er zichtbare veranderingen in de omgeving van iemand die overlijdt: een wolk die uit het huis verdwijnt, of door de kamer gaat, trillende lucht zoals boven een vuur, gordijnen die door een wind worden bewogen, een zachte bries, vonken...

Nadat ik teruggekeerd was uit het ziekenhuis... was ik bezorgd en gespannen. Ik sliep, maar om 4 uur in de morgen werd ik plotseling wakker en voelde ik mij gelijk klaar wakker. De kamer was verlicht, maar zonder elektrisch licht. Het was november. Ik kreeg een warm gevoel en het was alsof ik de gedachte kreeg: 'de dood is OK; je hoeft er niet bang voor te zijn.'

Het licht werd zwakker en een paar minuten later ging de telefoon. Het was het ziekenhuis. Iemand zei dat het hun speet, maar dat moeder een paar minuten daarvoor gestorven was.

Ik kan mij herinneren dat ik zei: 'Ja, ik weet het. Dank u'.

Ik ben niet religieus en zie mijzelf als een van de levende soorten die er op aarde zijn. Maar ik sta open voor de mogelijkheid, dat wij bepaalde dingen niet begrijpen en dat er een speciale communicatie mogelijk is...(156)

conclusie

The Art of Dying is een interessante studie over verschijnselen rond het sterven die nog weinig in kaart zijn gebracht. Fenwick is in zijn analyse scherpzinnig. Hij blijft wetenschappelijk. Bij hem vind je geen New-Age-achtige speculaties. Anderzijds blijft hij tolerant ten opzichte van mensen die meer sceptisch ingesteld zijn. Op een congres in Stockholm in 2011 kwam de onvermijdelijke vraag naar voren of bepaalde zaken niet gewoon vanuit een gelukkig toeval kunnen worden verklaard. Fenwicks reactie was, dat hij bepaalde ervaringen niet vanuit toeval kon verklaren. Maar voegde hij eraan toe: als het een gelukkig toeval is, laten we hopen dat het zo blijft.

Fenwick eindigt zijn boek met:

Iemand vroeg aan zijn Zen-meester:

‘Wat gebeurt er met een verlicht iemand als hij sterft?’

‘Waarom vraag je me dat?’

‘Omdat u een Zen-meester bent’

‘Ja, maar niet een dode’.

Jart Voortman

www.jartvoortman.be

Peter & Elisabeth Fenwick, *The Art of Dying*, Continuum London 2008, 251 pag