

## Het leven gaat door

Toen hij zijn onderzoek naar bijnadoodervaringen aan The Lancet aanbood, kon Pim van Lommel niet vermoeden, dat hij later één van de meest besproken wetenschappers zou worden. Opeens wilde iedereen meer weten over die man die zijn onderzoek naar zo'n esoterisch onderwerp geplaatst wist te krijgen in zo'n vooraanstaand medisch vakblad. Toch verbaast het hem niet dat zijn publicatie in 2001 zoveel stof heeft opgewaaid. Niet eerder werd zo systematisch en uitgebreid onderzoek gedaan naar de ervaringen van mensen die klinisch dood waren verklaard en vervolgens weer terugkwamen in het leven. En niet eerder werd duidelijk hoe eenduidig hun ervaringen zijn en welke consequenties deze hebben voor ons denken over leven en dood. Hij is er de man niet naar om naam en faam na te streven. Op deze mooie zomerdag in zijn achtertuin, nabij Arnhem, straalt Van Lommel, 63 jaar, vooral bescheidenheid uit en toont hij zich meer geïnteresseerd in zijn gast en de ontwikkeling van Ode dan in zijn eigen verhaal. Die nieuwsgierige houding had hem zo'n 35 jaar geleden – toen Van Lommel werkzaam was als arts-assistant in het St. Antonius ziekenhuis in Utrecht – op het spoor gebracht van een patiënt die vertelde over zijn bijnadoodervaring. Hij was op slag gefascineerd. Pas toen hij jaren later het boek *Terugkeer uit de dood* las, waarin de Amerikaanse arts George Ritchie tot in detail zijn eigen bijnadoodervaring beschrijft, herinnerde Van Lommel die patiënt weer. Hij vroeg zich af of er meer mensen zouden rondlopen met dergelijke ervaringen. Van Lommel besloot om voortaan al zijn patiënten – ook later toen hij als cardioloog werkte in het Rijnstate Ziekenhuis in Arnhem – te vragen of zij zich iets konden herinneren van de periode tijdens hun hartstilstand. 'Dan was het meestal "nee" en soms "hoezo?" In het laatste geval liep mijn spreekuur uit.' In twee jaar tijd hoorde hij, tot zijn eigen verbazing, verhalen van twaalf patiënten. Zijn wetenschappelijke nieuwsgierigheid was gewekt. Die verhalen vormden het begin van een jarenlange studie. 'Ik keek van bovenaf naar mijn eigen lichaam en zag dokters en verplegers vechten voor mijn leven. Ik hoorde wat ze zeiden. Toen kreeg ik een warm gevoel en ik kwam in een tunnel terecht. Aan het einde van die tunnel was een fel, warm, wit, vibrerend licht. Het was prachtig. Het gaf me een rustig en zelfverzekerd gevoel. Ik zweefde ernaar toe. Het warme gevoel werd steeds sterker. Ik voelde me thuis, geliefd, haast extatisch. Ik zag mijn leven aan mij voorbij flitsen. Plots voelde ik weer de pijn van het ongeluk en schoot ik terug in mijn lichaam. Ik was razend dat de dokters me hadden teruggehaald.' Vrijwel iedere bijnadoodervaring is even prachtig. Mensen voelen zich verbonden en gedragen. Ze doorgronden de werking van het universum. Ze ervaren onvoorwaardelijke liefde en voelen zich vrij van de knellende beslommeringen van het aardse bestaan. Geef mij zo'n ervaring! Van Lommel moet lachen. 'Het klinkt fantastisch, nietwaar? Toch is het niet altijd even gemakkelijk om hiermee om te gaan. Als mensen terugkomen, hebben ze vaak het gevoel een gevangenis in te moeten. Bovendien kan het jaren duren voordat ze de inzichten die zij hebben opgedaan kunnen of durven integreren in hun alledaagse leven.' Toch overheersen de positieve ervaringen. Een bijnadoodervaring is volgens de meesten een schitterende gebeurtenis die hun leven sterk verrijkt. Van Lommel: 'Het belangrijkste dat mensen eraan overhouden, is dat ze niet meer bang zijn voor de dood. Ze hebben namelijk ervaren dat hun bewustzijn

doorgaat, dat er continuïteit is. Hun leven en hun identiteit eindigen niet wanneer het lichaam sterft. Ze hebben het gevoel alsof ze een jas uittrekken – meer niet.’ Dat klinkt misschien als de taal van iemand die zich iets te veel op de new-age-afdeling van de boekenhandel heeft gewaagd. Maar bijnadoodervaringen zijn – zo is de ervaring van Van Lommel – helemaal niet voorbehouden aan de gemeenschap van ‘spirituele mensen’. Ze komen net zoveel voor bij mensen die hier vooraf zeer skeptisch tegenover hebben gestaan. ‘Ik kwam “los” van mijn lichaam en zweefde erin en eromheen. Ik had mijn ogen dicht, maar toch kon ik de slaapkamer en mijn lichaam zien. Opeens kon ik honderdduizend keer sneller – en veel helderder – “denken” dan normaal gesproken mogelijk is voor een mens. Op dat moment besepte en accepteerde ik dat ik was gestorven. Het werd tijd om verder te gaan. Het was een volstrekt vredig gevoel – zonder angst of pijn. Er kwamen helemaal geen emoties bij kijken.’ Het opmerkelijkste, zegt Van Lommel, is dat zijn patiënten dergelijke verruimde bewustzijnservaringen hebben, terwijl de hersenen geen enkele activiteit meer vertonen. Volgens de huidige kennis in de medische wetenschap is dat onmogelijk. Omdat het onder wetenschappers algemeen wordt aanvaard dat het bewustzijn in de hersenen zetelt, ontstaat nu dus het raadsel hoe mensen bewustzijn kunnen ervaren, terwijl zij tijdens hun hartstilstand (een klinische dood) bewusteloos zijn. Na al die jaren van intensieve studie spreekt Van Lommel nog steeds met eerbied over het wonder van de bijnadoodervaring. ‘Op dat moment zijn deze mensen niet alleen bewust; ze hebben zelfs een ruimer bewustzijn dan ze ooit hebben gehad. Ze kunnen zeer helder nadenken, hebben herinneringen tot aan hun vroegste jeugd en ervaren een grote mate van verbondenheid met alles en iedereen om hen heen. En dat terwijl er geen enkele activiteit in de hersenen is!’ Dit roept, ook bij Van Lommel, existentiële vragen op. Hij somt op: ‘Wat is bewustzijn en waar is het gelokaliseerd? Bestaat er nog wel een “ik”? Wat is mijn identiteit en waar bevindt die identiteit zich? Wat is het dat waarneemt als ik mijn lichaam daar beneden op de operatietafel zie liggen? Wat is leven? Wat is dood?’ ‘Het lichaam dat ik op het bed zag liggen, was het mijne, maar ik wist dat de tijd om te gaan nog niet was gekomen. Mijn tijd op aarde was nog niet voorbij; er was nog een bestemming.’ Om anderen te overtuigen van de nieuwe inzichten, moest Van Lommel eerst aantonen dat het verruimde bewustzijn zich inderdaad tijdens de periode van hersendood afspeelt. Dat bleek niet moeilijk. Niet zelden blijken patiënten in staat nauwkeurig te beschrijven wat er tijdens hun hartstilstand is gebeurd. Ze weten bijvoorbeeld feilloos waar de verpleegster hun kunstgebit heeft neergelegd, of wat artsen en familieleden tijdens de reanimatie tegen elkaar hebben gezegd. Hoe kan iemand zoiets weten als de hersenen op die momenten niet actief waren? Niettemin zijn er wetenschappers die blijven ontkennen dat de hersenen tijdens de reanimatie geen enkele activiteit vertonen. Van Lommel dient hen van repliek en doceert: ‘Wanneer het hart niet meer klopt, stopt de bloedstroom binnen een seconde. Na zesentwintig seconden beginnen de EEG-activiteiten te veranderen als gevolg van zuurstoftekort. Na vijftien seconden ontstaat er een rechte, vlakke lijn en dan is de elektrische activiteit in de hersenschors volledig verdwenen. De hersenstam kunnen we niet meten, maar tijdens dierproeven is aangetoond dat ook daar dan geen activiteit meer is. Je kunt overigens ook aantonen dat de hersenstam is uitgevallen, omdat deze onze basisreflexen regelt. De pupilreactie en worgreflex zijn bijvoorbeeld uitgevallen. Je kunt iemand zo een buis in de keel duwen. Ook het ademhalingscentrum is uitgevallen. Als de persoon na vijf tot tien minuten niet is gereanimeerd, raken de hersencellen onherstelbaar beschadigd.’ Van Lommel wil het maar duidelijk gezegd hebben: bijnadoodervaringen vinden plaats op het moment dat lichaam en hersenen niet meer functioneren. Zijn bevindingen over het bewustzijn, beseft hij, staan haaks op de wetenschappelijke consensus. Des te opmerkelijker is het dat een gerenommeerd wetenschappelijk vakblad als The Lancet bereid was zijn artikel te plaatsen. Dat ging overigens niet zonderslag of stoot. Van Lommel, grinnikend: ‘Er gingen maanden overheen voordat ik het groene licht kreeg. En toen moest het ineens af, binnen een dag.’ Hij kan er inmiddels om lachen, want hij weet hoe gevoelig zijn conclusies kunnen liggen. Allereerst heeft Van

Lommel vragen opgeroepen over wat ‘dood’ nu eigenlijk betekent: ‘Tot nu toe betekende “dood” gewoon het einde van bewustzijn, van identiteit, van leven.’ Dat beeld heeft hij dus gekanteld, zoals hij ook een mythe over bijnadoodervaringen heeft ontzenuwd. ‘Voorheen werden deze ervaringen toegeschreven aan fysiologische, psychologische, farmacologische of religieuze zaken. Dus: zuurstoftekort, het vrijkomen van endorfine, blokkades van receptoren, doodsangst, hallucinaties, religieuze verwachtingspatronen of een combinatie van deze factoren. Maar uit ons onderzoek blijkt dat geen van deze factoren bepaalde of iemand wel of geen bijnadoodervaring heeft.’ ‘Deze ervaring is een zegen voor me, want nu weet ik zeker dat lichaam en ziel afzonderlijke dingen zijn en dat er leven is na de dood. Ik ben er nu van overtuigd dat het bewustzijn na de dood blijft bestaan. De dood is geen dood, maar een andere vorm van leven.’ Volgens Van Lommel zijn de hersenen geen producenten van bewustzijn en geen opslagplaats van herinneringen. Van Lommel wijst erop dat hersenonderzoekers Simon Berkovich en Herms Romijn hebben berekend, dat het voor de hersenen onmogelijk is om alles op te slaan wat je in je leven denkt en meemaakt. Je hersenen zouden hiervoor een verwerkingssnelheid van 1024 bits per seconde nodig hebben. Een uur televisiekijken zou al teveel zijn. ‘Wanneer je die hoeveelheid informatie – met de associatieve gedachten die je daarbij produceert – zou willen opslaan,’ zegt Van Lommel, ‘dan zijn je hersenen ongeveer vol. Anatomisch en functioneel is het gewoon onmogelijk voor de hersenen om zo’n verwerkingssnelheid te hebben.’ De hersenen zijn dus vooral ontvangers en zenders van informatie. ‘Je kunt hersenen vergelijken met een televisietoestel dat afstemt op specifieke elektromagnetische golven en deze omzet in beeld en geluid. Ons waakbewustzijn, het bewustzijn dat wij tijdens onze dagelijkse activiteiten hebben, reduceert alle informatie die er is tot één enkel feit dat wij als “realiteit” ervaren. Tijdens bijnadoodervaringen worden mensen echter niet beperkt door hun lichaam of hun waakbewustzijn, waardoor zij veel meer realiteiten ervaren.’ Dat verklaart ook waarom mensen na een bijnadoodervaring soms grote moeite hebben weer te functioneren in hun dagelijkse omgeving. De meesten behouden nog een tijd lang de gevoeligheid om op verschillende kanalen tegelijk af te stemmen, waardoor een ritje in het openbaar vervoer al een overweldigende ervaring kan zijn: alle informatie van alle medepassagiers komt op alle kanalen binnen. Van Lommel: ‘Deze mensen zijn heldervoelend, helderhorend en hebben geregeld voorspellende gevoelens.’ Bijnadoodervaringen zijn volgens Van Lommel alleen te verklaren als je ervan uitgaat, dat er een continuïteit van bewustzijn is en dat het bewustzijn zich, compleet met al onze ervaringen en herinneringen, buiten de hersenen bevinden. Over de vraag wáár het bewustzijn zich dan bevindt, kan Van Lommel alleen maar speculeren. ‘Ik vermoed dat er een dimensie is waar deze informatie ligt opgeslagen – een soort collectief bewustzijnsveld waarop wij afstemmen om toegang te krijgen tot onze identiteit en onze herinneringen.’ Door middel van zo’n collectief informatieveld zijn wij niet alleen verbonden met onze eigen informatie, maar ook met die van anderen en zelfs met informatie uit het verleden en de toekomst. ‘Er zijn mensen die tijdens een bijnadoodervaring de toekomst zien’, weet Van Lommel. ‘Zo was er een man die zijn toekomstige gezin zag. Jaren later bevond hij zich in de situatie die hij tijdens zijn bijnadoodervaring had gezien. Ik vermoed dat een déjà vu ook zo werkt.’ Tijdens bijnadoodervaringen kunnen mensen ook contact maken met overledenen, zelfs als ze deze persoon niet kennen. ‘Ik zag een man die me liefhebbend aankeek, maar ik kende hem niet. Pas later, op haar sterfbed, biechtte mijn moeder op dat ik uit een buitenechtelijke relatie was geboren, dat mijn vader een jood was die gedeporteerd en vermoord was in de Tweede Wereldoorlog. Mijn moeder liet me een foto van hem zien. De onbekende man die ik jaren eerder bij mijn bijnadoodervaring had gezien, bleek mijn biologische vader te zijn.’ Als de hersenen niet in staat zijn zoveel informatie op te slaan, zullen zij dus afstemmen en decoderen. Maar hoe ‘weten’ de hersenen dan op welke informatie zij moeten afstemmen? Hoe kan het dat iemand afstemt op zijn eigen herinneringen en niet op die van een ander? Het antwoord van Van Lommel is verrassend kort en simpel: ‘DNA. En dan met name het zogeheten junk-DNA, zo’n 95

procent van het totaal, waarvan wij de functie nog niet kennen.' Hij vermoedt dat het DNA, dat uniek is voor ieder mens en ieder organisme, werkt als een ontvangstapparaat, een soort tolk, tussen de informatievelden en het organisme. Niet alleen de hersencellen, maar alle cellen in ons hele lichaam zouden gebruikmaken van het DNA om af te stemmen op informatie die de cel aanzet tot actie. Dat cellen hiervoor gebruikmaken van een informatieveld dat buiten tijd en ruimte staat, werd eerder aangetoond door Cleve Backster. Hij zette witte bloedlichaampjes uit wangslimvlies van een proefpersoon op kweek. Vervolgens plaatste hij de proefpersoon tien kilometer verderop achter een beeldscherm, waar hij afwisselend mooie, vreselijke en seksuele beelden te zien kreeg. Die beelden veranderden niet alleen de huidweerstand van de proefpersoon, maar veroorzaakten tegelijk een meetbare reactie in de op kweek gezette cellen, kilometers verderop in het laboratorium. De gedachte dat DNA werkt als ontvangstapparaat om de mens af te stemmen op zijn specifieke bewustzijnsvelden, plaatst de discussie over orgaantransplantatie in een nieuw licht. Want stel: u krijgt een nieuw hart. Het DNA van dat hart zal zich richten op het bewustzijnsveld van de donor, niet op dat van de ontvanger. Krijgt u dan misschien opeens heel andere informatie binnen? Ja, weet Van Lommel: 'Er zijn verhalen bekend van mensen die, na een orgaandonatie, heel andere verlangens en leefpatronen ontwikkelden. Zo is er het verhaal van een balletdanseres die ineens motor wilde rijden en junk food wilde eten.' Dergelijke voorvallen zijn onder meer gedocumenteerd door Claire Sylvia (in haar boek *Met hart en ziel*) en Paul Pearsall (*Het geheugen van het hart*). Van Lommel wil mensen niet onnodig bang maken, benadrukt hij, maar hij meent dat de gevolgen van het vervangen van een orgaan groter kunnen zijn dan vaak wordt aangenomen. 'Ik zag niet alleen wat ik had gedaan, maar ook hoe anderen daardoor waren beïnvloed. Blijkbaar verdwijnen zelfs je gedachten niet... Terwijl mijn leven aan me voorbijtrok, lag voortdurend de nadruk op het belang van liefde.' Het cliché is waar: mensen zien hun leven aan zich voorbij trekken. In deze terugblik of panorama krijgen mensen inzicht in de consequenties van hun handelingen. Zo kunnen zij bijvoorbeeld zichzelf op 4-jarige leeftijd zien, terwijl zij het speelgoed van hun zusje afpakken, waarbij ze haar verdriet voelen. Van Lommel: 'Het is op dat moment alsof je de gedachten van de ander in je hebt. Je krijgt inzicht in wat voor invloed jouw gedachten, woorden en daden op jezelf en de ander hadden. Elke gedachte die we hebben, blijkt dus een vorm van energie die eeuwig blijft bestaan.' Volgens mensen die zo'n levensterugblik hebben meegemaakt, gaat het niet zozeer om de daad die je verricht, maar om de intentie erachter. 'Als je iets doet omdat je graag aardig gevonden wilt worden, is je intentie niet zuiver en je daad dus ook niet.' Dan buigt Van Lommel voorover, om er zeker van te zijn dat zijn woorden zullen overkomen: 'Het is uiterst indringend te ervaren dat alles wat je aan een ander hebt gegeven bij jezelf terugkomt. Niemand ontkomt aan de consequenties van zijn gedachten. Dat is ontzettend confronterend. Mensen ervaren soms dat ze iets nooit meer kunnen goedmaken. Anderen komen terug en gaan meteen mensen bellen om hun verontschuldiging aan te bieden voor iets dat ze twintig jaar geleden hebben gedaan.' Dus toch een laatste oordeel? Van Lommel is beslist: 'Zeker niet. Niemand wordt veroordeeld. Het is een inzichtervaring. De meeste mensen maken de terugblik mee in de aanwezigheid van een wezen van licht. Dat wezen is volstrekt liefdevol, volledig accepterend, zonder oordeel, maar met volledig inzicht. De terugblik verandert het levensinzicht van mensen. Ze krijgen andere waarden. Ze voelen dat ze één zijn met de natuur en de aarde. Er is geen verschil meer tussen de ander en henzelf. Het gaat niet om macht, uiterlijk, mooie auto's, kleren, een jong lijf. Het gaat om heel andere dingen: liefde voor jezelf, de natuur, je medemens. De boodschap is zo oud als de wereld, maar nu hebben ze het zelf ervaren en nu moeten ze ernaar gaan leven.' Na een korte pauze zegt hij dan, peinzend: 'Het is haast angstig te beseffen dat elke gedachte effect heeft. Als je dát tot je laat doordringen... We beïnvloeden onszelf, elkaar en de natuur met iedere gedachte, positief of negatief.' Moet je bijna dood zijn geweest om die levenslessen te leren? Nee, meent Van Lommel, die zelf nooit een bijna doodervaring heeft gehad. Zelf heeft hij dankzij zijn onderzoek

zoveel waardevolle lessen geleerd, dat hij in 1992 zijn carrière als cardioloog heeft beëindigd om zich volledig te kunnen wijden aan verder onderzoek en nieuwe publicaties en lezingen over dit onderwerp. Hij heeft Stichting Merkawah opgericht, die mensen met een bijnadoodervaring voorlichting en begeleiding biedt. 'Door ermee bezig te zijn en ervoor open te staan, is mijn leven veranderd', zegt Van Lommel. 'Ik zie nu in dat alles voortkomt uit bewustzijn. Ik begrijp beter dat je je eigen realiteit creëert op basis van het bewustzijn dat je hebt en de intentie van waaruit je leeft. Ik begrijp dat bewustzijn de basis is van leven, en dat het in het leven vooral gaat om compassie, empathie en liefde.' De fragmenten in dit artikel zijn afkomstig uit interviews die Pim van Lommel en zijn onderzoeksteam hebben gehouden met mensen met een bijnadoodervaring. Meer informatie over Stichting Merkawah: Vlaskamp 642, 2592 AT Den Haag, info@merkawah.nl, www.merkawah.nl.

© Ode Magazine USA, Inc. and Ode Luxembourg 2008 (further information in Privacy & Copyright)