



Het bestaan van de ziel

door Ien G.M. van der Pol

Bestaat er eigenlijk wel een ziel? Daar ben ik inmiddels van overtuigd! Ja, we hebben allemaal een ziel. De ziel is het onsterfelijke deel van ons. We hebben een sterfelijk lichaam en dat is meer dan een neurobiologisch vat vol zintuigen, een chemische fabriek of een bewegingsapparaat.

In ons lichaam voelen we van alles, zoals pijn, verdriet, boosheid, angst, honger, verliefdheid, wantrouwen, blijdschap, dorst, warmte, kou, misselijkheid en ga zo maar door. Onze emoties, gevoel, sensaties en het lichaam zijn nauw met elkaar verbonden. Daarnaast hebben we gedachten, in ons denkraam, onze hersenen. Onze gedachten en overtuigingen worden in de loop van ons leven gevormd, op basis van onze ervaringen en vooral door de betekenis die we hebben gegeven aan die ervaringen en aan de boodschappen die we hebben meegekregen van belangrijke mensen in ons leven. Meestal de volwassenen (ouders, familie, leraren) tijdens de periode dat we zelf groeiden van kind naar volwassene.

Het begin: lichaam en ziel worden één

Een baby komt ter wereld als één brok Zijn. Een net geboren baby IS. Punt. Hij denkt niet, hij is. Zijn lichaam, sensaties en ziel zijn één. Er wordt van alles met hem gedaan, gewassen, gewogen, apgarscores gemeten, hij krijgt kleren aan en hij laat het allemaal gebeuren. Hij is puur Zijn, lichaam en ziel verbonden. Hij vertrouwt alles en iedereen; hij heeft nog niets meegemaakt, behalve zijn geboorte. En daar is hij moe van, dus hij slaapt. Dan, na een paar uur krijgt hij zijn eerste gewaarwording, een onbehagelijk gevoel. Hij weet niets. Honger en dorst kent hij nog niet. Het gevoel is niet prettig en zijn autonome zenuwstelsel neemt het over: hij gaat huilen. Vrijwel direct krijgt hij via een speen of de borst te eten en dat voelt weer goed. Dit is zijn eerste ervaring: als ik huil, krijg ik wat ik nodig heb. Dit kan hij niet letterlijk bedenken, maar hij ervaart het prettige gevoel, en valt weer in slaap. Vanaf dat moment leert hij heel snel: als ik dit doe, dan gebeurt er dat. Hij maakt onbewust kennis met de *voorwaardelijkheid*: als - dan. En zo komt hij steeds verder van het Zijn af te staan, en van zijn ziel af te staan, want de ziel kent geen voorwaarden, de ziel is onvoorwaardelijk.

Door onze leerervaringen en de betekenissen die wij er aan geven, raken wij het contact met onze ziel kwijt, misschien juist door die voorwaardelijkheid. Bijvoorbeeld: als ik die baan krijg, dan kan ik gelukkig zijn; als hij maar zus of zo doet, dan bewijst hij dat hij van me houdt.

Maar al komen we er verder vanaf te staan, de ziel blijft wel present en paraat. Hij is er wel en roert zich. De ziel geeft signalen die we wel of niet verstaan en hij blijft aanwezig gedurende ons hele leven. Hoe ik dat zo zeker weet?



Het einde: de ziel vertrekt

Ik ben in de zeventiger jaren opgeleid als verpleegkundige en toen ik eenmaal gediplomeerd was, ben ik nog een aantal jaren blijven werken in ziekenhuizen in Nederland, in Engeland en in Frankrijk. En overal waar ik werkte, had ik te maken met mensen die dood gingen. Soms acuut, door een hartstilstand, een beroerte of een zwaar ongeluk, soms door een akelige ziekte. Soms vocht je uren voor een leven door middel van hartmassage en beademing, en soms kon je alleen maar toekijken en iemands hand vasthouden tot het 'gebeurd' was. Wat 'gebeurde' er dan? In mijn observaties van al die keren dat ik mensen heb zien dood gaan, is mij opgevallen dat ik haarfijn het moment kon aangeven, dat dood ook echt dood was. Het moment dat het lichaam alleen nog maar een omhulsel was. Ik zag het



moment waarop alle doden in feite op elkaar lijken en er geen 'ziel' meer was. Ik kon na enkele jaren zelfs als het ware de ziel zien vertrekken uit het lichaam. Deze observaties waren zo sterk en zo reëel, dat ik er niet meer omheen kon en niet anders kon dan vaststellen dat elk mens wel degelijk een ziel heeft, en dat er in de dood een moment is waarop de ziel het lichaam verlaat. Dit had niets te maken met het verliezen van het bewustzijn, dat was al veel eerder gebeurd. Het had ook niets te maken met het moment waarop artsen iemand dood verklaren, op dat moment is iemand hersendood en is er geen bewustzijn en geen leven meer te detecteren en zijn alle vitale organen gestopt.

Maar dan was er nog wel de ziel. Later, soms wel twintig minuten later (soms waren we zelfs al aan het afleggen) zag ik pas dat ene moment, waarop de ziel het lichaam ontstijgt en alle doden op elkaar lijken. Daar zijn geen medische verklaringen voor. Dat was voor mij vanaf die tijd een 'weten' (zonder dat ik het begreep) dat er wel degelijk een ziel bestaat in ieder van ons. En dat hij pas vertrekt als hij in ons, in ons lichaam, in onze persoonlijkheid echt niets meer te zoeken heeft. Ik ben niet gek, ik heb het met eigen ogen gezien en ervaren, vele malen, in verschillende landen en elke keer op dezelfde wijze.

Ook Pim van Lommel beschrijft in zijn boek *Eindeloos bewustzijn* over bijna-dood-ervaringen, dat er een hoger, oneindig bewustzijn bestaat, dat na op weg te zijn geweest naar het alles-omvattende weten en de eindeloze vrede en wijsheid, soms terugkeert naar een lichaam. Veel mensen kunnen deze ervaring naderhand beschrijven en die belevingen komen allemaal op hetzelfde neer: de ziel was even op weg maar keert terug in het lichaam, terwijl medisch gezien de persoon al 'dood' was.

Voor mij betekent dit alles: de ziel bestaat en hij heeft het goed met ons voor. We kunnen er dus naar luisteren, want onze ziel kent ons beter dan wie dan ook. Onze ziel is oneindig en weet wat wij als lichaam en persoonlijkheid uiteindelijk in dit leven nodig hebben: heel worden, worden wie we ten diepste zijn. Onze ziel leidt ons daartoe.

Als wij weer, net als een pas geboren baby, in niet-weten en verwondering kunnen zijn en luisteren naar onze ziel, dan komen we veel te weten over onszelf en kunnen we dichter bij onze kern blijven.