



Lelievita Nieuwsbrief maart 2010

Stervensproces

Afgelopen week is mijn moeders jongste broer overleden ten gevolge van leukemie. Ik heb het voorrecht om het ziekte- en stervensproces van mijn oom van redelijk dichtbij mee te mogen maken. En ondanks het verdriet dat hij er fysiek niet meer is, voel ik nu toch vooral ook dankbaarheid. Mijn oom en tante hebben samen een heel bijzonder proces doorlopen. De ziekte is niet alleen meedogenloos hard geweest, maar toch ook in zekere zin 'verrijkend'. Toen gesproken werd over de tekst van de rouwadvertentie werd heel bewust niet gekozen voor het woord 'slopende' voor het woord 'ziekte'. De ziekte had hem immers ook heel veel gebracht. Acht jaar lang heeft hij geleefd in de wetenschap dat hij een zeer ernstige ziekte onder de leden had en vaak is hij er door de leukemie bijzonder slecht aan toe geweest. Met hoge koorts moest hij dan weer met spoed naar het ziekenhuis. Maar telkens kwam hij er daarna toch weer redelijk bovenop. En hoe slecht de vooruitzichten ook waren, toch bleek hij te kunnen genieten van de kleine momenten die een dag kleur kunnen geven. Ook ging hij er telkens weer op uit met zijn scootmobiel, al had hij bijna geen energie. Klagen deed hij nooit. En samen met mijn tante ging hij, ziek als hij was, toch nog een paar keer naar Frankrijk, waar hij zo enorm van genieten kon dat hij er de lange vermoeiende reis voor over had. 'Op die momenten werd hij even uit zijn ziekte getild, kon hij even de belemmeringen van zijn ziekte loslaten', vertelde mijn tante bij de afscheidsdienst. Lang heeft hij geprobeerd de ziekte de baas te worden. Hij veranderde mentaal, hij werd krachtiger. Ook in de relatie met mijn tante gingen er dingen verschuiven. Je zag ze samen een mooi groeiproces doorlopen. Tot op het laatste moment heeft mijn tante hem intensief geholpen. Niet alleen was de verzorging heel zwaar, maar ook in het mentale proces moest ze hem soms een zetje geven. Maar tegelijkertijd hielp hij haar ook. Want waar intensief wordt samengeleefd, bots je soms ook tegen elkaar en daar leer je weer van. Ze waren elkaar daar dankbaar voor. Het was bijzonder om mijn

oom en tante, met hun heel verschillende karakters en kwaliteiten, met elkaar mee te mogen maken.

Op een gegeven moment wist mijn oom dat knokken tegen de ziekte geen zin meer had. Hij voelde dat het einde onvermijdelijk was geworden en hij heeft zich eraan over kunnen geven. Samen hebben ze over de dood kunnen praten als een vriend, niet als een vijand. Verdrietig maar ook heel rustig werden de processen die komen zouden helemaal doorgesproken. Hij was niet bang voor de dood, want hij wist dat het alleen maar een andere fase was, waarin hij niet meer fysiek op aarde was, maar waarin hij nog wel op een niet fysieke manier aanwezig zou zijn. En mijn tante las met hem teksten over het leven na de dood, die hun beiden troost boden.

Op donderdag ben ik bij hen geweest in het ziekenhuis, om afscheid te nemen. Hij was benauwd en had pijn. Maar ondanks zijn lijden bleef hij waardig, met humor, met dankbaarheid voor de kleine dingen. Hij had genoten van de avondmaaltijd, vertelde hij met glimmende ogen. Ik kon het haast niet geloven dat hij werkelijk snel zou sterven. Maar toen hij een paar dagen later afscheid had genomen van zijn meest dierbaren en zijn stervenswijding had ontvangen, gaf hij zich helemaal over aan het stervensproces en daarna ging het wonderlijk snel. Een dag later blies hij in het bijzijn van zijn vrouw en kinderen zijn laatste adem uit. Heel vredig en ontspannen lag hij erbij. 'Het was zwaar om te dragen, maar door familie en vrienden om mij heen was ik niet alleen om het te aanvaarden', was de tekst die hij op de rouwkaart had laten zetten. Het was goed. Zo is het leven, zo is de dood. Niet gemakkelijk, maar samen hebben ze het waardig kunnen dragen. De aanvaarding van het lot heeft hem een prachtig warm en uiteindelijk toch nog snel einde aan zijn fysieke bestaan gegeven. Dag oom, het ga je goed.

Overgave

Het is niet gemakkelijk om alles te aanvaarden zoals het op je pad komt. En het is ook verleide-

lijk om te denken dat aanvaarden of accepteren hetzelfde is als ergens in berusten, je ergens bij neerleggen. Maar de energie daarvan is duidelijk anders. Ik schreef daar al over in mijn nieuwsbrief van januari. Er is verschil tussen Ja of Nee zeggen en de vibratie van Ja of de vibratie van Nee. Als je je ergens passief bij neerlegt, met een neerslachtig gevoel, vanuit het idee dat het toch nooit meer beter kan worden, zeg je letterlijk misschien wel Ja, maar klinkt het voor het universum (en voor de mensen om je heen) niet als acceptatie maar als slachtofferschap, dus als een Nee. Dit noem ik, geïnspireerd door John Kalse, de vibratie van Nee. Het resultaat van een energetisch Nee is vaak dat lijden verandert in LIJDEN. Maar omgekeerd kan het ook. Je kunt bijvoorbeeld een Nee uitspreken als iemand over je grenzen gaat, vanuit de vibratie van Ja. Dat Nee klinkt dan respectvol naar jezelf en naar de ander. En het klinkt bijvoorbeeld niet als verzet, kritiek of slachtofferschap. In het respectvol uitgesproken Nee klinkt juist de vibratie van Ja door.

Mijn motto is: 'Leef je leven in een Ja voor wat is.' Het gaat daar dan dus om de vibratie van

Ja. Om actieve acceptatie, waarbij je het leven en het lot omarmt zoals het komt. Hoewel er altijd menselijk lijden zal zijn, voed je het lijden dan niet, en daarmee wordt het dus geen LIJDEN. Het is iedere dag weer een uitdaging om daar volledig en onvoorwaardelijk invulling aan te geven. Hoe vaak zegt mijn wilskracht niet iets anders, hoe vaak wil mijn ego niet een andere uitkomst afdwingen? Maar als ik naar mijn oom kijk, dan zie ik dat er ondanks zeer moeilijke omstandigheden toch iets anders was, iets dat krachtiger was dan de moeilijkheden, iets dat de zware omstandigheden leek te ontstijgen. In de overgave aan het stervensproces omvatte hij het totale zijn, zowel het leven als de dood.

Website Ontspannen in Zweden

Anke de Hoop heeft een website gelanceerd waar je meer informatie vindt over de mogelijkheid een lang weekend met ons mee naar Zweden te gaan met Pinksteren of rond het midzomerweekend. Neem maar eens een kijkje op www.ontspanneninzweden.nl

Agenda

Doorlopend: Individuele consulten **Aurahealing (ook op afstand), Aurareading, Coaching, Emotionele Integratie, Intuïtieve Ontwikkeling, Meditatie/Mindfulness.** zie www.lielievita.nl

za 6 maart: 10.00—17.00 uur **Healingdag Vitaminestore** Leidschendam; gratis korte kennismakingsconsulten met aurahealing door *Lielievita*

14, 21 en 28 maart: 3 zondagmiddagen over 'Intuïtieve Ontwikkeling—werken met aura en chakra's', Weimarstraat 23 **Den Haag**, kosten €95,-, *opgave voor 7 maart, voor meer info klik [hier](#)*

6-9 april: **Training 'Verbinding met je Kracht' in Huize Loreto, Lievelede** (met een terugkomdag op 10 juni in Kasteel Oud Poelgeest, Oegstgeest) voor medewerkers van organisaties. *Klik [hier](#) voor de brochure. Opgave is nog mogelijk tot en met 8 maart.*

21-24 mei: **Lang weekend 'Verstillen in Zweden'**, €337,-. *Voor meer info klik [hier](#)*

3, 4 en 17 juni en 2 juli: **Training 'Persoonlijk Leiderschap' in Kasteel Oud Poelgeest, Oegstgeest** voor medewerkers van organisaties. *Klik [hier](#) voor de brochure.*

18-21 juni: **Lang weekend 'Verstillen in Zweden'**, €337,-. *Voor meer info klik [hier](#)*

Met warme groet, Harriet

Lielievita

Harriet Marseille

Kooiland 36

2264 MP Leidschendam

070-3276697

harriet@lielievita.nl

Weet je meer mensen die wat aan deze nieuwsbrief zouden kunnen hebben, stuur hem dan door (en ontvang je deze nieuwsbrief niet van mij maar via bekenden, meld je dan aan bij harriet@lielievita.nl als je hem maandelijks wilt ontvangen). Wil je geen nieuwsbrief meer ontvangen, stuur me dan een mailtje zodat ik je van de verzendlijst af kan halen.