

TWEE MEDIUMS VERTELLEN HOE ZIJ CONTACT MAKEN MET OVERLEDENEN

# Praten met de hemel

Straks is het weer Allerheiligen en gedenken we de doden. Afscheid moeten nemen van een dierbare is vaak een pijnlijk proces wat voor heel wat verdriet zorgt. Veel mensen zouden daarna graag nog eens in contact komen met een dierbare overledene. Is dat mogelijk? Volgens twee ervaren mediums zeer zeker.

**V**anuit haar praktijk in Apeldoorn helpt **Sjaan van der Gaauw** – oma van vier kleinkinderen – mensen onder meer contact te maken met dierbaren die zijn overleden. “Het is eigenlijk wel grappig dat ik dit werk doe, want ik ben zelf altijd erg bang voor de dood geweest. Al weet ik inmiddels: het is niet eng aan de andere kant. Ik heb zelf namelijk al een paar bijna-doodervaringen gehad. Eén van die keren werd ik geopereerd aan mijn baarmoeder. Er ging iets mis met de narcose. Ik trad op dat moment uit mijn lichaam en zag zwevend aan het plafond van de kamer dat de artsen met me bezig waren. Ik ging door een tunnel van kleuren en zag allerlei fragmenten uit mijn leven. Uiteindelijk kwam ik uit bij een grote boog van goudgeel licht. Alles voelde heel vredig, warm en liefdevol. Ik wilde er eigenlijk niet meer weg, maar een engel stuurde me terug naar de aarde, want ik had hier nog een missie. Daarna werd er op mijn wang geklopt en hoorde ik de arts zeggen: ‘Mevrouw van der Gaauw, wakker worden!’ Toen kwam ik weer bij. Maar het heeft me wel in één

keer van mijn angst voor de dood afgeholpen. Het is gewoon heel mooi in Het Andere Land. Mocht het mijn tijd zijn, dan laat ik vol vertrouwen alles hier los.”

## Ontwikkeling

Sjaan: “Als een dierbare is overleden, is het belangrijk om je verdriet te voelen en dat daarna los te laten. Het rouwproces is gewoon nodig. Mensen die het verdriet niet durven voelen, of zo hard gaan werken dat ze het niet hoeven voelen, kunnen er zelfs ziek van worden. Dat geldt ook voor boosheid jegens de overledene. Het is belangrijk de doden te vergeven. Dan kunnen zij verder en dan kun jij verder.”

Hoe legt Sjaan contact met de hemel? “Vergelijk het maar met een telefoongesprek. Ik hoor wat er aan de andere kant wordt gezegd en geef dat door aan de cliënt. Ik heb de afgelopen 5 jaar hier ieder jaar een stewardess op consult gehad die contact kwam maken met haar overleden man. Ze vond het fijn om te kunnen praten met iemand die zo dierbaar voor haar is geweest. Het mooie aan haar rouwproces was ook dat ze in het vijfde jaar klaar was voor de volgende stap: ze had een nieuwe man gevonden

‘Na die bijna-doodervaring was ik niet meer bang voor de dood. Het is gewoon heel mooi in Het Andere Land’

## Tips voor rouwverwerking

- Zorg voor voldoende rust en slaap. De emoties kosten veel energie.
- Laat je tranen tijdens het rouwproces de vrije loop, zo verwerk je het verdriet beter.
- Laat eventuele boosheid toe.
- Praat over de overledene en zoek eventueel contact met lotgenoten.
- Realiseer dat rouwen een ‘stap-voor-stap’ proces, gun jezelf tijd.
- Blijf niet in je verdriet hangen.
- Zorg voor voldoende afleiding. Ga iets nieuws leren of leef je uit in een hobby.
- Blijf ook geïnteresseerd in andere dingen en andere mensen.
- Kom je er alleen niet uit, schroom niet om hulp te zoeken.

en wilde weer trouwen. Dat heeft ze met haar overleden man gecommuniceerd en ze kreeg zijn zegen voor een gelukkig leven. Ik ben zo dankbaar wanneer ik daar als medium een handje bij kan helpen.”

## Winnares Het Zesde Zintuig

**Jacqueline Philips** heeft een gezin met drie kinderen, maar is tevens een transmedium uit het Belgische Oostmalle (vlakbij Antwerpen). Ze deed een paar jaar terug mee aan de eerste editie van het tv-programma *Het Zesde Zintuig* op de Belgische zender VTM en won. Jacqueline werkt op een iets andere manier. De Belgische laat haar lichaam en soms haar stem als het ware door overledenen gebruiken als hun spreekbuis, zodat er boodschappen kunnen worden doorgegeven aan de dierbaren op aarde.

Is een sessie met een medium nodig om iets van contact met een dierbare overledene te ervaren? “Nee, niet altijd,” zegt Jacqueline Philips. “In de eerste 1 à 2 weken na hun dood geven de overledenen vaak bepaalde tekens aan de achtergeblevenen om te laten weten dat ze er toch nog zijn. Zo’n teken kan variëren van licht dat zomaar aan/uit gaat tot het verschuiven van een voorwerp. Maar ook een aai over de bol is mogelijk. In andere gevallen voelt degene op aarde een koude wind langs de arm, wang of lippen blazen die liefdevol aanvoelt, terwijl er op dat moment geen deur of raam open staat. Die tekens zijn voor de overledene in de eerste periode relatief simpel uit te voeren, want dan zijn ze nog erg aards gebonden. Wat ook gebeurt is dat er energiebollen op foto’s zichtbaar



## DE MEDIUMS OVER HUN WERKWIJZE

### 1 Hoe kwam je erachter dat je deze speciale gave bezit? En dat je ook contact kan maken met overledenen?

**Sjaan:** "Als 4-jarig meisje zag ik mijn overleden oom bij mijn oma in de kamer. Ik schrok enorm. Mijn oma - legde me uit dat het niks was om bang voor te zijn, maar ik was dat wel. Jarenlang zelfs. Na de bijna-doodervaring tijdens die baarmoeder-operatie, nu 28 jaar geleden, besloot ik dat ik toch maar iets moest doen met deze gave."

**Jacqueline:** "Ik ontdekte al vrij jong dat ik blijkbaar iets meer aanvoelde dan een ander persoon en hiermee moest leren omgaan. Dat was niet simpel. Ik zie het als voorrecht dat ik dit mag doen en het is de bedoeling dat je de gave puur, zuiver en eerlijk gebruikt."

### 2 Hoe maak je contact met mensen van de andere kant? Moet je ervoor in een bepaalde staat komen?

**Sjaan:** "Ik concentreer me erop en zeg de naam van degene met wie de cliënt contact wil maken. Daarna komt het contact vanzelf tot stand. Maar ik heb dat niet als ik gewoon door de supermarkt loop of op een verjaardag ben hoor. (Lachend:) Dan zou ik knettergek worden. Ik moet me er eerst echt op concentreren."

**Jacqueline:** "Ik begin altijd met een gebed vanuit eerbied voor mijn gidsen en vanuit hun aanwezigheid begin ik. Mijn gidsen heb ik nodig om mij te beschermen, omdat het contact houden met overledenen niet zonder gevaar is. Als de cliënt komt vraag ik hen niets te zeggen en mij alles te laten doen. In die tijd ben ik in een trance. Soms diep, soms oppervlakkig. De overledenen zelf leggen in feite contact, wij nooit. Indien je dat wel doet, roep je lagere geesten op en dat is gevaarlijk."

### 3 Hoe voel je dat er iemand is van 'de andere kant'?

**Sjaan:** "Soms zie ik ze kleurrijk aanwezig, soms in contouren of als schimmen. Eerst is er de fase van herkenning voor de cliënt. Dan vertel ik hoe de overledene het heeft ervaren om dood te gaan, de situatie. De doodspijn voel ik even lichamelijk, maar die gaat daarna gelukkig weg. Daarna noem ik dingen die typerend waren voor de overledene. Een bepaalde gewoonte of iets wat ze altijd zeiden."

**Jacqueline:** "Dat kan een ijzige kou zijn, lichten die aan en uit gaan. Er zijn ook mediums die hen letterlijk kunnen zien staan. Schimmen die je vanuit je ooghoek ziet... Als medium tijdens mijn consulten is het een



Sjaan van der Gaauw



Jacqueline Philips

vorm van helderwetendheid. De overleden persoon laat mij voelen hoe hij of zij is overleden, geven mij karaktertrekken door, de cliënt bevestigt dit en dan begint het consult."

### 4 Lukt het ook wel eens niet om contact te maken? Wat doe je dan?

**Sjaan:** "Overledenen maken over het algemeen graag contact en willen graag iets doorgeven aan de dierbaren op aarde. Dat helpt. Ik maak eigenlijk zelden mee dat het niet lukt om contact te maken. Een enkele keer als de cliënt er zelf niet voor openstaat en een negatieve lading bij zich heeft."

**Jacqueline:** "Natuurlijk, maar dan geef ik dat direct door aan de cliënt. Soms is de overledene er plots niet aan toe of heeft deze soms nog angst voor de reactie van de nabestaande. De cliënt hoeft dan het consult niet te betalen."

### 5 Voelt het contact ook wel eens 'niet goed'? Hoe merk je dat je met een 'kwade geest' te maken hebben? Wat doe je dan om jezelf (en je cliënt) te beschermen?

**Sjaan:** "Als iemand zelfmoord heeft gepleegd in een moment van verstandsverbijstering en daar spijt van heeft. Of is overleden door een moment van overmatig drank- en drugsgebruik. Diegene kan vastzitten in een koker van negatieve gevoelens. Maar ik help ze dan verder op weg naar het licht. Dat is één van mijn taken."

**Jacqueline:** "Door mijn groeiproces kunnen negatieve energieën niet meer zomaar door mijn auraveld komen. Dus de cliënt zelf kan dan ook niet lastiggevallen worden. In het verleden ben ik vanuit boven genoeg getest geweest. Zo'n slechte geest kan oh zo vriendelijk overkomen en voor je het weet kwaad doen. Gidsen moet je leren voelen, net zoals andere energieën. Na verloop van tijd leer je het goede en het kwade te onderscheiden."

### 6 Hoe kom je in zo'n geval van zo'n 'slechte' entiteit af?

**Sjaan:** "Als ik een kwade geest herken, dan handel ik snel en stuur ik deze door naar het licht. Ik ben er niet bang voor. Ik ga ook wel eens naar mensen die in hun huis last hebben van kwade geesten en daar vanaf willen. Ik benader het heel nuchter. Net als de bakker die goed is in taarten bakken, is entiteiten doorsturen naar het licht onder meer mijn werk."

**Jacqueline:** "Van een slechte entiteit afkomen is geen gemakkelijk proces. Vaak als het over zeer negatieve energieën gaat, zijn ze al vanaf de geboorte bij je aanwezig en houden ze je emotionele peil laag. Dat zien we soms bij zelfdodingen en psychopaten. Toch is het niet altijd zo dat als iemand een zelfdoding uitvoert dat het te maken heeft met een negatieve energie. Mijn advies: heb je dit soort destructieve emoties, laat je reinigen van die entiteit door iemand met veel ervaring op dit gebied."



### TORI IN CONTACT MET FARRAH

**Ze ging naar een medium om contact te leggen met haar overleden vader Aaron Spelling, maar tot haar verbazing kreeg Tori Spelling contact met haar ex-buurvrouw Farrah Fawcett, die haar vroeg om bepaalde belangrijke informatie door te geven aan de nabestaanden van Farrah. "Het was een ongelooflijke ervaring," aldus Tori.**

### VADER WINEHOUSE RAADPLEEGT DOCHTER

**Mitch Winehouse, de vader van wijlen Amy, zegt dat hij bij een helderzinnig medium is geweest omdat hij wilde weten of zijn dochter achter de stichting stond die hij na haar dood onder Amy's naam heeft opgezet. De stichting geeft onder meer geld aan diverse wereldwijde goede doelen die zich inzetten voor jonge mensen met verslavingsproblemen. Volgens Mitch was Amy het vanuit de hemel volledig eens met de foundation.**



### GEORGE & HUIDIER MAX

**Nog altijd denkt George Clooney met veel liefde aan zijn overleden hangbuikzwijn Max, die op 18-jarige leeftijd overleed. George bezocht zelfs een medium om te vragen hoe het met Max ging. "Het medium zei me dat Max een prachtig leven bij me heeft gehad. Max is heel gelukkig in de ziel en vertoef nog regelmatig bij me in de buurt.**

**Te weten dat het hem goed gaat, heeft me een gerust gevoel gegeven," aldus George.**



## 'Het is belangrijk de doden te vergeven. Dan kunnen zij verder en dan kun jij verder'

worden, of dat er in de avond onverklaarbare lichtflitsjes in de kamer zichtbaar zijn. Die tekens worden op een gegeven moment minder, want dan komen ze in de fase van evaluatie. Ze gaan overdenken hoe hun leven op aarde is geweest."

### Liefdevol leven loont?

Waar gaan mensen die zijn overgegaan eigenlijk naartoe? Sjaan van der Gaauw: "Er zijn grofweg twee plekken. Op de ene plek komen mensen die zich tijdens hun leven veelal liefdevol hebben opgesteld. Die plek is licht, fijn en warm. De andere plek is voor degenen die andere mensen ellende hebben aangedaan. Die is wat somberder. Die mensen worden daar bijeengebracht om over hun zonden na te denken en inzicht te krijgen." Haar collega-medium Jacqueline Philips vult aan: "Daarom kan het ook dat een overledene uit de laatste groep bij de achtergeblevene bijvoorbeeld in een droom verschijnt en om vergeving vraagt. Het is belangrijk die vergeving te schenken. Zowel voor de persoon op aarde als voor de overledene. Dan kunnen beiden weer verder op hun pad."

### Ideale moment voor hemels gesprek?

Wanneer kan iemand eigenlijk een sessie met een overledene aangaan? Kan dat meteen na iemands overlijden? "Als het te vroeg na de dood is, kan het gebeuren dat de overledene het nog niet aankan," zegt Jacqueline. "Die is het moment van de dood nog aan het verwerken. Meestal is het beter om vanaf 5-6 maanden na de dood contact te maken. Dan zijn de emoties op aarde deels verwerkt en heeft diegene aan de andere kant ook tijd gehad om aan het idee te wennen." Hoe laat Jacqueline aan haar cliënten weten dat ze inderdaad contact heeft met de overledene? "Als mensen bij mij komen voor een sessie met een overledene, wil ik dat ze me van tevoren geen details geven. Ze mogen op de afspraak een voorwerp meenemen wat van de overledene is geweest of een foto, maar soms is dat niet eens nodig en willen de overledenen zelf ook zo graag contact maken dat ze een half uur of een uur voor de sessie al voelbaar bij me aanwezig zijn. Nee, ik ben daar niet bang voor. Ik laat die informatie gewoon rustig op me afkomen. Vaak begin ik de sessie met door te geven hoe de overledene het proces van doodgaan heeft ervaren. En ook hoe of waar het heeft plaatsgevonden. Daarna laat ik bepaalde

karaktertrekken zien van de overledene. Dat zorgt meestal wel voor voldoende herkenning bij de cliënten. Daarvandaan gaan we verder en kunnen er vragen van de achtergeblevene door de overledene worden beantwoord."

### Hulp van de andere kant

Kunnen de overledenen hun dierbaren op aarde nog helpen? "Jazeker," zegt Jacqueline Philips. "Ze proberen ons te inspireren de beste keuzes te maken, maar ze kunnen ons niets opdringen. We hebben als mens op aarde nu eenmaal vrije keuze. En ze kunnen niet bij alles helpen. Sommige dingen moeten we op aarde zelf achterkomen. Zij kijken in elk geval met veel liefde naar hun dierbaren op aarde. Ze willen ons inspireren: alsjeblieft, doe iets moois met je leven." In films wordt er vaak heel spookachtig en angstaanjagend over praten met overledenen gedaan. Is het gevaarlijk werk? Jacqueline Philips: "Als je niet weet wat je doet, kan het inderdaad gevaarlijk zijn. Er zijn verhalen bekend van mensen die bij wijze van spelletje geesten gingen oproepen. Dat kan soms levensgevaarlijke situaties opleveren waarbij dolende zielen zich ongevraagd komen melden en brutaal plaatsnemen in iemands lichaam. Contact leggen met overledenen is zeker geen kinderspel." ●

## Tips hoe om te gaan met rouwenden

- Vermijd clichés als 'het leven gaat door.' Geef de rouwende het gevoel dat zijn/haar verdriet er mag zijn.
- Luister met aandacht, ook na langere tijd.
- Wacht niet op een uitnodiging/bericht van de nabestaande, zoek zelf contact.
- Accepteer dat iedereen op zijn/haar eigen manier rouwt (raak niet boos of geïrriteerd). Meer info Landelijke Stichting Rouwbegeleiding: [www.landelijksteunpuntrouw.nl](http://www.landelijksteunpuntrouw.nl) of 033 - 461 68 86

## WEETJES

★ De 31e oktober was volgens de Keltische kalender oudejaarsavond en de avond voor Allerheiligen. De Kelten geloofden dat op die dag de geesten van alle overledenen terugkeerden naar aarde.

★ In Mexico wordt Halloween ook wel de Dag van de Doden genoemd. De Mexicanen geloven dat overleden kinderen op 1 november terugkeren naar de aarde en overleden volwassenen op 2 november.



★ Allerheiligen is een vrije dag in landen als België, Frankrijk, Italië, Luxemburg, Spanje en Polen, maar vanaf de jaren zestig niet meer in Nederland.

★ Contact leggen met een overledene via een medium wordt ook wel *seance* genoemd.

★ De Zweedse wetenschapper en filosoof Emmanuel Swedenborg (1688 - 1772) deed 20 jaar onderzoek naar andere dimensies en beweerde dat hij communiceerde met overleden mensen.

★ De Zwitsers-Amerikaanse psychiater dr. Elisabeth Kübler-Ross (1926 - 2004) was betrokken bij de stervensbegeleiding van duizenden patiënten en raakte overtuigd van leven na de dood. "Ik geloofde er aanvankelijk absoluut niet in, maar de feiten overtuigden me van het tegendeel."

★ Elisabeth Kübler-Ross beschreef de vijf stadia van rouwverwerking: woede, ontkenning, onderhandelen, neerslachtigheid en uiteindelijk aanvaarding.

★ De Stichting dr. Elisabeth Kübler-Ross Nederland (EKR) is een vrijwilligersorganisatie die in onvoorwaardelijke liefde mensen wil helpen moeilijke ervaringen zoals verlies, sterven en rouw een zinvolle plaats in hun leven te geven. Zie [www.kubler-ross.nl](http://www.kubler-ross.nl).

★ "Overleven van het bewustzijn na de dood is een realiteit," concludeert Dr. Gary Schwartz van de Universiteit van Arizona na zijn onderzoek over bijna-doodervaringen.