

JANIS HEAPHY
DURHAM



De **HAND**
op de
SPIEGEL

Het verhaal van een journalist
over leven na de dood

Janis Heaphy Durham

De hand op de spiegel

Het verhaal van een journalist over leven na de dood



Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen



www.kosmosuitgevers.nl

Oorspronkelijke titel: *The Hand on the Mirror*

Oorspronkelijke uitgever: Grand Central Publishing,
New York, Boston

Copyright © 2015 by Janis Heaphy Durham

© Nederlandse vertaling 2015 Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

Vertaling: Hennie Volkers

Deze vertaling wordt uitgegeven op basis van een contract met Grand
Central Publishing, New York, New York USA. Alle rechten voorbehouden.

Omslagontwerp: Studio Jan de Boer

Vormgeving binnenwerk: 2-D'sign, Amersfoort

ISBN 978 90 215 5949 0

ISBN e-book 978 90 215 5986 5

NUR 728

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar ge-
maakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wij-
ze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld.
Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor even-
tuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden
in deze uitgave.

Inhoud

Voorwoord	9
1. De hand op de spiegel	14
2. Familieaangelegenheden	22
3. Max	42
4. Het dal van de schaduw des doods	51
5. Er gebeuren vreemde dingen	57
6. De reis begint	69
7. Er ontstaat een patroon	91
8. Probeert Max in contact met me te komen?	100
9. Mijlpalen	116
10. Lessen van een raketgeleerde	124
11. Kunnen we uittreden uit ons lichaam?	140
12. Geesten: echt of inbeelding?	151
13. Vliegende tapijten	160
14. Word ik gek?	167
15. Ik ben niet gek	179
16. Spirituele bewustwording	196

17. Bijna-doodervaringen: bewijs van een leven na de dood	202
18. Wat is erger dan het verlies van je partner?	214
19. Mediums: echt of fictie?	228
20. Een uitdaging voor de wetenschap	238
21. Een uitdaging voor de media	252
22. Ik vind mijn moeder	264
23. Contact zoeken met de overkant	276
24. Ik vind mezelf	290
Nawoord	301
Dankwoord	303

Voorwoord

Dit verhaal gaat over een ongewone persoonlijke reis. Niet echt iets wat je zou verwachten van iemand als ik, met een traditionele opvoeding en ervaring in de harde krantenwereld. Het begint met de vroegtijdige dood van mijn geliefde man Max Besler in 2004; na zijn overlijden gebeurde er een aantal bijzondere dingen die me eerst beangstigden, maar me later gingen intrigeren. Dit verhaal, dat acht jaar bestrijkt, is het verhaal van mijn spirituele groei: mijn geest stelde zich langzaam open voor realiteiten die ik tot dan toe niet voor mogelijk had gehouden. Het is een verhaal over liefde en de manier waarop die liefde ons met elkaar verbindt in een veel fascinerender universum dan ik me ooit had kunnen voorstellen. Ik hoop dat mijn verhaal uiteindelijk een bron van kracht zal zijn voor iedereen die te maken krijgt met de dood – wij allemaal dus.

De vraag wat er met ons gebeurt na ons overlijden heeft de mens altijd al beziggehouden. We voelen ons er ongemakkelijk bij. We hebben een actief, druk leven – waarom zouden we ons bezighouden met de dood? Maar dan overlijdt er iemand van wie we houden en gaan we nadenken over de dood en het leven na de dood. Wetenschappers, theologen, schrijvers, musici, dichters en beeldend kunstenaars hebben zich allemaal, direct of indirect, met deze kwestie beziggehouden. Het is een van de kernvragen van georganiseerde

religies zoals de presbyteriaanse kerk, waarmee ik opgroeide. We geloven dat we na ons overlijden naar de hemel gaan. Maar wat is dat eigenlijk, de hemel?

Als we zeker wisten dat ons bewustzijn voortleeft als wij overlijden, niet alleen omdat onze religie dat zegt maar omdat het wetenschappelijk is bewezen, zou dat een enorm effect op ons gedrag hebben. Volgens mij is de vraag of er een leven is na de dood de belangrijkste vraag in ons leven. Wat zou immers belangrijker kunnen zijn? In *De hand op de spiegel* stel ik dat we na onze dood in een andere vorm verdergaan. Eenvoudig gezegd: het leven houdt niet op met onze fysieke dood. Wat ik hoop te bereiken, is dat de lezer zich gaat openstellen voor deze mogelijkheid.

De belangrijkste motivatie voor het schrijven van *De hand op de spiegel* was dat het de mogelijkheid bood mensen aan te moedigen om openlijk te spreken over hun ervaringen met communiceren met een geliefde overledene. Tevens hoop ik dat dit boek de lezer niet alleen een emotioneel kader zal bieden, maar ook een intellectuele basis die die gesprekken legitimeert. Die discussie zou openlijk en zonder beperkingen moeten kunnen plaatsvinden. Onze maatschappij zou er baat bij hebben als het stigma zou verdwijnen dat verbonden is aan persoonlijke verhalen over het hiernamaals en bovennatuurlijke ervaringen (zoals die van mij).

Angst om in verlegenheid gebracht te worden was een belangrijk onderdeel van mijn jarenlange terughoudendheid om dit boek te schrijven. Ik wist dat mijn onthullingen provocerend zouden zijn en ik zat er erg mee in wat mijn familie en vrienden zouden denken. Natuurlijk wist ik dat ze van me hielden, maar ik was bang dat ze toch zouden denken dat ik door

mijn verdriet niet meer redelijk kon nadenken. En ik maakte me ook zorgen om mijn kennissen en collega's. Ik was ervan overtuigd dat veel van deze verstandelijk ingestelde mensen de bizarre gebeurtenissen die ik meemaakte niet zouden kunnen accepteren. En dat is ook niet zo verwonderlijk. Het verhaal is onvoorstelbaar, valt buiten het normale. En zelfs al heb ik foto's om het te bewijzen, toch geloven de mensen vaak alleen wat ze willen geloven en niet wat ongelooflijk maar waar is.

Ik weet dat ik niet de enige ben die bang is om veroordeeld te worden. Toen ik nog in de onderzoeksfase zat, deelde ik mijn verhaal en de bijbehorende foto's met een aantal mensen en velen van hen deelden hun eigen ervaringen met bovennatuurlijke gebeurtenissen met mij. Ze wilden hun verhaal zelfs graag vertellen en soms voegden ze eraan toe dat ze het nog nooit met iemand anders hadden gedeeld, soms zelfs niet met hun partner, omdat ze bang waren veroordeeld te worden. Hun terughoudendheid zette mij er nog meer toe aan mijn verhaal te doen.

In de meeste verhalen komen personages voor en het mijne is wat dat betreft geen uitzondering. Je zult kennismaken met mijn familie en vrienden, met professoren, onderzoekers, psychologen, natuurkundigen, spiritueel werkers en mediums en nog heel veel andere mensen die onderdeel van de reis waren en onmisbaar voor mijn onderzoek. Het verbaast je misschien dat hun gedachten overeenkomen, al worden ze vaak niet in dezelfde taal uitgedrukt. Je leert een paar van de belangrijkste wetenschappers op dit gebied kennen en zult merken hoe gefrustreerd ze soms worden als ze hun onderzoek proberen te promoten. Ik hoop dat je hen net zo zult leren kennen als ik: als fascinerende mensen.

Van sommige technische zaken heb ik absoluut geen verstand, maar ik heb geprobeerd de wetenschappelijke principes en de vooruitgang op dat gebied zo te beschrijven dat de gemiddelde lezer ze kan begrijpen. Mijn doel is te zorgen dat deze wetenschappers en hun werk de brede aandacht krijgen die ze verdienen.

Blijvende verandering wordt niet aangestuurd van bovenaf maar begint onderaan. Als mensen achter een bepaald idee gaan staan, kunnen er ongelooflijke dingen gebeuren. Abraham Lincoln heeft het al op een prachtige manier gezegd: ‘Met publieke steun lukt alles, als die ontbreekt lukt niets.’ Als lezers het gevoel hebben dat ze hun verhalen over het overleven van het bewustzijn en een leven na de dood veilig kunnen delen, ontstaat er een bepaalde stuwkracht. Dan komt dit onderwerp breder onder de aandacht, wat misschien weer leidt tot uitvoeriger, nauwkeuriger en serieuzer belangstelling van de media. Door die stuwkracht kunnen wetenschappers met genoeg fondsen en meer openheid hun onderzoek doen op dit gebied. Elke bijdrage die dit boek daaraan kan leveren, zou mij heel veel voldoening schenken.

Als we meer openstaan voor het idee dat het bewustzijn voortleeft en dat er dus leven is na de dood, kan dat in ieder van ons veranderingen teweegbrengen. Dan leven we met meer nadruk op liefde en minder nadruk op angst voor verlies. En misschien, heel misschien, gaan we het doel van ons leven een beetje begrijpen.

Janis Heaphy Durham

Hoofdstuk 1

De hand op de spiegel

Op zondag 8 mei 2005 veranderde mijn realiteit. Dat was de dag dat ik een grote handafdruk ontdekte op de badkamer-spiegel van mijn huis in Sacramento (Californië). En het was geen gewone handafdruk. Hij leek te bestaan uit een zachte, witte, poederachtige stof en alle facetten van de botstructuur waren te zien, net als op een röntgenfoto. Toen ik de afdruk nauwkeuriger bekeek, zag ik aan de vorm van de vingers en de brede handpalm dat het een mannenhand was. Het was één enkele afdruk; hij leek aan de spiegel vastgeplakt en de vorm was perfect. Hij was uit het niets verschenen. Letterlijk.

De dag waarop de hand verscheen, was de sterfdag van mijn man, Max Besler. Hij was een jaar eerder thuis, in de woonkamer, overleden, omringd door familie en vrienden. We waren vier jaar getrouwd toen hij, 56 jaar oud, de diagnose slokdarmkanker kreeg. Een half jaar later overleed hij, mijn veertienjarige zoon Tanner en mij helemaal kapot achterlatend. We hielden allebei verschrikkelijk veel van Max en als gezin waren we opgebloeid. Nu, een jaar na Max' overlijden, was ik nog steeds bezig mijn verdriet te verwerken en ik maakte me er zorgen over hoe Tanner omging met het zijne. Hij was nog zo jong en zo beïnvloedbaar en net als de meeste jongeren van zijn leeftijd praatte hij niet veel. Op deze eerste

sterfdag van Max was ik wat zwaarmoedig, maar wel alert en waakzaam in mijn rol van moeder en beschermster.

Tanner en ik zaten aan het begin van de middag in de achtertuin aan een klein tafeltje van de zon te genieten. Hij verdeelde zijn tijd tussen ons huis in Sacramento en dat van zijn vader in El Dorado Hills, ongeveer een halfuur rijden van ons vandaan. Een scheiding is nooit gemakkelijk, maar zijn vader Bob Heaphy en ik hadden Tanners belang altijd op de eerste plaats gezet. We hadden ons best gedaan om een stabiel, betrouwbaar schema voor hem op te stellen en lieten hem in woord en daad weten dat we van hem hielden en achter hem stonden, ook al woonde hij dan in twee huizen. Ook Max had aan die liefde zijn bijdrage geleverd. Ik putte troost uit het feit dat Tanner, met zijn kortgeknipte, blonde haar en atletische figuur, die dag bij me was. Ik vond het heerlijk om naar hem te kijken als hij met zijn huiswerk bezig was en glimlachte zoals alle moeders doen toen ik zag dat hij zijn lippen bewoog terwijl hij in zichzelf zat te lezen. Ik deed mijn eigen huiswerk; zoals elk weekend had ik een leesachterstand voor mijn werk. Na een poosje kregen we honger en ik ging naar binnen om snel even iets te eten te maken. Tanner at als elke gezonde tiener – aan één stuk door dus. Maar eten leidde ons ook af van ons verdriet.

Ons huis was in een U-vorm gebouwd. De ouderslaapkamer, Tanners slaapkamer en een studeerkamer lagen aan de linkerkant van de U en de woonkamer, eetkamer en bibliotheek in het midden. Aan de rechterkant van de U lagen onze keuken, een logeerkamer, de bijkeuken en de deur naar de garage. Max had de laatste maand van zijn leven niet in onze slaapkamer maar in de logeerkamer gelegen,

omdat hij vanwege de pijn liever een bed voor zichzelf had. En bovendien wilde hij dat ik genoeg slaap kreeg, omdat ik ook nog buitenshuis werkte.

Voor ik de keuken in liep, ging ik nog even naar de wc bij de logeerkamer. En toen zag ik de handafdruk. Hij zat er pas, want toen ik een uur daarvoor voor die spiegel mijn haar had gekamd was hij er nog niet. Helemaal perplex door wat ik zag bleef ik wel een minuut lang doodstil kijken. Ik kon maar niet begrijpen wat ik zag. Ik was 53 en had nog nooit zoiets compleet bovenaards gezien als die handafdruk. Ik staarde naar iets onverklaarbaars. Mijn hersenen probeerden te begrijpen wat mijn ogen zagen. Was ik gek aan het worden? Misschien wel. Was er iemand binnengeslopen om een grap uit te halen? Onwaarschijnlijk.

Tanner en ik zouden het gezien of gehoord hebben als er iemand binnen was geweest, want de tuindeuren stonden open. En hoe was het mogelijk dat een menselijke hand even transparant was als op een röntgenfoto? Langzaamaan begon mijn stem weer te werken en het lukte me om Tanner te roepen: 'Kom eens! Snel!'

'Wat is er mam? Is er iets met je?' vroeg hij.

'Kijk eens,' riep ik, 'dat heb jij toch niet gedaan?' Eigenlijk vond ik dat ik nogal hysterisch klonk.

Zodra ik de woorden had uitgesproken wist ik dat hij die handafdruk niet had gemaakt, want vanaf het moment dat ik mijn haar had gekamd was hij de hele tijd bij me geweest. Voor alle zekerheid vroeg ik Tanner of hij zijn hand naast de poederachtige afdruk wilde houden. Maar terwijl ik het vroeg, besefte ik dat dat een belachelijke gedachte was. De afdruk was namelijk veel groter dan zijn hand en anders van vorm.

We staarden sprakeloos en vol ontzag naar de handafdruk. Heel langzaam wendden we ons gezicht van de spiegel af en keken elkaar aan. We bleven elkaars blik vasthouden. We wisten dat we getuige waren van iets verbazingwekkends en eigenlijk waren we ook een beetje bang. Het was ook zo raar. We hadden geen idee wat het was.

‘Ik snap het niet, mam. Wat is dat?’ vroeg Turner, terwijl hij opnieuw naar de spiegel keek.

Ik dacht zorgvuldig na voor ik hem antwoord gaf. Een dramatische reactie had geen zin. Mijn moederinstinct begon te werken. Ik wilde rustig lijken en een goed voorbeeld voor hem zijn. Maar ik wist ook dat ik eerlijk moest zijn. Net doen alsof dit niet bijzonder was, zou onoprecht zijn.

‘Ik weet eigenlijk niet wat dat is, Tanner.’

Op mijn beurt vroeg ik: ‘Zou het iets met Max te maken hebben?’ Het is vandaag wel zijn sterfdag.’ Ik wist dat ik hem niet bang zou maken met die vraag. Ik wist ook dat dit niet de eerste keer was dat we iets vreemds opmerkten sinds Max was overleden, maar niets daarvan was zo schokkend als deze handafdruk.

‘Misschien, maar dat zou toch wel heel raar zijn? En hoe doet hij dat als hij hier niet meer is, mam?’ vroeg Tanner.

Daar had ik natuurlijk geen antwoord op; ik voelde alleen maar dat ik rustig en nieuwsgierig moest blijven zonder emotioneel te worden. ‘Ik denk dat we het voorlopig niet te weten zullen komen, Tanner. Waarom neem je niet even pauze en ga je niet even basketballen op de oprit?’

‘Oké, mam, maar dan moet je me roepen als je me nodig hebt,’ zei hij. En op dat moment klonk hij heel volwassen.

Ik knuffelde hem en zei dat ik over een paar minuten ook naar buiten zou komen. Toen pakte ik mijn camera en nam een aantal foto's. Ik wist niet precies wat daar op mijn spiegel stond, maar ik wist wel dat ik het moest vastleggen. Eigenlijk had ik meer moeten doen, bijvoorbeeld een monster nemen van de poederachtige substantie om die te laten onderzoeken, of misschien had ik zelfs de vingerafdrukken moeten laten onderzoeken. Maar ik was zo stomverbaasd dat zoiets helemaal niet bij me opkwam.

Wat wel bij me opkwam, was de vraag wat het betekende dat de handafdruk precies was verschenen op de datum van Max' overlijden. En dat leidde direct weer tot de vraag of Max me iets wilde vertellen. Zoals de meeste vrouwen kon ik me precies voor de geest halen hoe de handen van mijn man eruit hadden gezien. De brede afdruk op de spiegel met de lange, smalle vingers deed me denken aan de vorm van Max' handen.

Ik kon het fenomeen niet verklaren, maar het paste in elk geval helemaal niet bij de tradities waarmee ik was opgegroeid. Als kind had ik sterk onder de invloed gestaan van mijn vader, een presbyteriaans predikant die God en zijn geloof innig was toegedaan. Maar zoals zoveel mensen had mijn gedachtegoed zich anders ontwikkeld naarmate ik ouder werd. Mijn geloof was niet meer de kern van mijn dagelijks leven en dus had ik geen kant-en-klaar antwoord op de vraag of deze handafdruk iets te maken had met de hemel of een leven na de dood. Wat ik wel wist, was dat dit verband hield met een compleet vreemde dimensie. Het mysterie verbijsterde me.

Ik moest mezelf wel de vraag stellen of dit een paranormale gebeurtenis zou kunnen zijn. Was dit een geest? Max was thuis overleden – was een deel van hem achtergebleven? Kwam hij me vertellen dat er meer was tussen hemel en aarde? Had hij een manier gevonden om contact met me op te nemen, een manier die ronduit wonderbaarlijk was? Ik heb altijd heel open in het leven gestaan en dat wilde ik ook nu doen. Maar ik was ook bang. Aan iets onbekends beginnen was beangstigend.

Vanuit praktisch oogpunt bekeken had ik niet de tijd om afgeleid en bang te zijn. En dus parkeerde ik die bijzondere gebeurtenis even in een apart hokje om er later, als ik er tijd voor had, verder over na te denken. Ik moest per slot van rekening mijn zoon opvoeden en had ook mijn werk nog. Het vergde al mijn krachten me staande te houden in het rouwproces. Mijn leven lag in stukken door de dood van Max en alles wat ik kon opbrengen, was mijn rol als moeder en leidinggevende van een krant vervullen. Ik koesterde die rollen. Ik haalde er mijn voldoening uit. Ik moest daarin gewoon slagen. Ik mocht niet mislukken.

Het kwam ook door de invloed van mijn opvoeding dat ik de gebeurtenis naast me neerlegde. Mijn vader was predikant en dus een prominente figuur in onze gemeenschap. Als kind leerden we al dat ons gedrag niet alleen iets zei over onszelf, maar ook van invloed was op ons gezin en dus ook op papa's maatschappelijke positie. Er werd van ons verwacht dat we ons netjes gedroegen en vooral geen ongebruikelijke dingen deden. Zelfs toen ik al volwassen was, bleef me dat bij.

Als uitgever en bestuursvoorzitter van *The Sacramento Bee* in de hoofdstad van Californië was ik nu zelf een publieke figuur. Onze krant was niet alleen lokaal invloedrijk, maar als vlaggenschip van de McClatchy Company ook in de staat en zelfs in het hele land. Ik weet nog dat een leidinggevende van McClatchy me tijdens mijn sollicitatieprocedure vroeg of ik goed kon omgaan met veel aandacht van het publiek. Pas toen ik er al een tijdje werkte, besepte ik welke wijsheid er uit die vraag sprak. Mijn leven lag vanzelf al onder de microscoop en ik was niet van plan ook maar enige kritiek aan te moedigen door zo'n vreemd incident wereldkundig te maken. En dus hield ik het voor me.

Omdat ik niet wist wat ik met de handafdruk moest doen toen ik hem eenmaal had ontdekt, liet ik hem maar op de spiegel staan tot de woensdag daarop mijn huishoudster, Helen Dennis, kwam. Helen was altijd heel vertrouwelijk met Max geweest en ze had ons enorm geholpen toen hij werd behandeld voor kanker. We vertrouwden haar en beschouwden haar als familie. Ze was discreet over Max' ziekte en beschermde zowel zijn privacy als zijn waardigheid. Voor ik naar mijn werk ging, liep ik met haar naar de badkamer om haar de afdruk te laten zien. Ik was benieuwd hoe ze zou reageren. Ze was verbaasd maar kalm toen we samen naar de spiegel staarden. Allebei vroegen we ons af of dit een teken van Max was, omdat de gebeurtenis op zijn sterfdag had plaatsgevonden. Na een paar minuten moest ik verder met mijn dag, dus zei ik dat ze de spiegel wel schoon mocht maken. Er was geen reden om de handafdruk er langer op te laten zitten. Helen vertelde me later dat ze hem met een

speciaal schoonmaakmiddel weg had gekregen, maar er heel erg op had moeten poetsen.

En dus ging ik verder met mijn leven. Maar ook al was ik nog zo vastbesloten om verder te gaan, ik kon de gedachte aan het bijzondere mysterie op mijn badkamerspiegel niet wegdrukken. Het was een krachtig beeld dat onuitwisbaar in mijn geheugen stond gegrift.