

April 2014

Het overlijden van mijn moeder.

In januari van dit jaar kreeg mijn moeder (92 jaar oud) een hersen infarct. Daardoor was zij aan haar rechterkant verlamd en kon zij in eerste instantie moeilijk praten. Gelukkig ging het praten snel weer iets beter, maar ze moest wel vaak naar woorden zoeken.

Helaas kon ze niet meer thuis komen wonen en hebben wij(mijn vader (94 jaar)en mijn zus en zwager) haar naar een liefdevol verpleeghuis gebracht.

Ze was zich bewust dat ze niet meer thuis kon wonen en liet dat gelaten over zich heen komen. Ik had goed contact met haar. We zongen veel en maakten grapjes. Toch voelde ik dat het niet zo lang meer zou duren dat ik afscheid van haar moest nemen.

Sinds 8 jaar volg ik meditatie en filosofie les bij "Stichting Bodhisattva", wat mij heel veel steun gegeven heeft de afgelopen weken. Door de lessen van de afgelopen jaren over "de dood" en de ervaring van iedere dag mediteren, kon ik de laatste weken, maar zeker de laatste dagen en uren met mijn moeder, als heel waardevol ervaren. Het weten dat ik haar binnenkort los moest laten, kon ik goed hanteren. Ieder moment dat ik bij haar was, was goed, of we nu samen zongen, samen even lachten, of samen stil waren en ik haar hand vast hield, het was fijn.

Heel langzaam gleed ze van ons weg. Ze viel steeds vaker in slaap als we bij haar waren, maar het was goed. De laatste dagen dat ik bij haar aan het bed zat, heb ik vaak tegen haar gezegd dat ze licht was en naar haar eigen licht ging. Het leek of ze zich steeds mee ontspande. De laatste nacht heb ik naast haar geslapen, haar hand vastgehouden heb, totdat ze haar laatste adem uitblies. Dit mee mogen maken van iemand die je zo dierbaar is. Is een "waar geschenk".

Tijdens de laatste weken werden zij en mijn vader door de lichtcirkel ondersteund. Je voelde je gedragen en daardoor echt verbonden met de andere Dharma cursisten.

Mijn zus, zwager en ik staan anders in 't leven. In de laatste week leek het wel of alle spanningen tussen ons oploste. We waren in harmonie met elkaar bij mijn moeder. Ook na het overlijden hebben we in harmonie de crematie en allerlei andere zaken geregeld. Ieder deed op zijn of haar manier die dingen die voor handen waren en het was goed. Ook de crematie hebben we met elkaar gedaan, ieder op zijn eigen wijze. We respecteren nu elkaars zienswijze.

Langzamerhand ga ik ervaren en inzien wat een rijkdom het is, om zo ondersteund te worden door een manier van leven, zoals vanuit deze stichting, die de boeddhistische levensfilosofie onder de aandacht wil brengen. Je voelt je gedragen. Ik heb gemerkt tijdens dit proces, dat emoties je kunnen overmannen, maar dat het ook anders kan. Door steeds de toevlucht te nemen, een mantra te zeggen, of gewoon in mijn hart proberen te zijn, kon ik dit proces van afscheid nemen goed aan. Nu terug kijkend ben ik dankbaar dat ik dit zo mocht beleven. Mijn moeder wist niet precies waar ik al die jaren mee bezig was. Wel dat ik naar meditatie les ging, maar niet wat dat inhield.

De laatste dagen leefden we allemaal vanuit ons hart, vanuit onze Boeddhanatuur. Dat is "ware rijkdom".

Sylvia van der Laan