

Nahtoderfahrung – Ein persönlicher Erlebnisbericht, Informationen und Leseanregungen

Vor ein paar Monaten habe ich meine Diplomarbeit über das Sterbephänomen *Nahtoderfahrung, Nahtoderfahrung – Interdisziplinäre Zugänge*, abgeschlossen. Meine wissenschaftliche Auseinandersetzung mit diesem außeralltäglichen Phänomen beinhaltet zahlreiche Explikationsmodelle / Erklärungsversuche u.a. aus den Fachbereichen der Medizin, Neurologie, Neurophysiologie, Biochemie und Psychologie. Der *rote Faden* meiner Diplomarbeit ist jedoch meine eigene Nahtoderfahrung, welche ich als Kind erlebt habe.

In einigen zurückliegenden Interviews mit und über *Mila Mar* berichtete ich häufiger schon über die Verbindung zwischen meinem Nahtoderlebnis und meinem Gesang. In den letzten Monaten habe ich daraufhin viele Rückfragen zum Thema Nahtoderfahrung erhalten. Aufgrund dessen möchte ich im Folgenden ein bisschen ausführlicher über meine Erlebnisse während der Nahtoderfahrung berichten und daran aufzeigen wie überaus spannend und wichtig das Thema ist. Des weiteren findet ihr auf den folgenden Seiten zahlreiche Informationen und Leseanregungen zum Thema. Wenn ihr Rückfragen habt, dann könnt ihr mir gerne schreiben, unter anke@milamar.de.

Wir alle werden irgendwann sterben. Erlebnisberichte über Nahtoderfahrungen und wissenschaftliche Modelle können uns vielleicht helfen, den Geheimnissen des Sterbens und des Todes näher zu kommen.

Mein Erlebnisbericht

Täglich sterb und leb ich die Zeit

Ich war ganz klein.

Ich war ein Kind, als ich dem Tod ganz nah war.

Seitdem

Ist der Tod mein stummer Begleiter.

Ich kann ihn fühlen, meine Endlichkeit ist hinter jedem Tag Leben sichtbar.

Seitdem

habe ich ein inneres Fotoalbum mit Bildern meiner Kindheit:

Ein kleiner Körper mit Schläuchen im Kopf.

Ein stummes blondes Mädchen mit einer großen, rot glänzenden Narbe auf dem Bauch.

Geschlossene Augen.

Zerplatze Adern im Gesicht.

Ein Schlauch in der Narbe.

Ein Schlauch im kleinen Bauch.

Meine Narbe.

Mein Lebenszeichen.

Fragen an die Mutter.

Mama und Papa, wo seid ihr?

Angst vor weißen Betten.

Angst vor dem Alleinsein.

Angst vor dem Größerwerden.

Angst davor, laufen zu lernen.

Angst davor, nackt zu sein.

Angst vor weißen Räumen.

Angst vor der Dunkelheit.

Angst davor, schlafen zu gehen.

Angst vor dem Leben.

Todessehnsucht

Es war wunderschön.

Durch farbige weiche Kugeln bin ich geflogen.

Ein warmes Licht habe ich getroffen.

Mama und Papa, wo seid ihr?

Das Schönste war: Ich hatte keine Angst mehr.

Ich war nicht allein.

Alles war ganz vertraut.

Es war meine Zeit.

Ich habe sehr früh mein **Lebensgeheimnis**
kennen gelernt.

Unendlich viel gespürt in dem Moment.

Unendlich viel gezeigt bekommen,
in dem Moment, so dass es für
mein ganzes Leben reicht.

Seitdem gibt es die

fühlbare Zeit.

Jeder Tag ist ein Geschenk.

Die Nichtexistenz,
ein Fass ohne Boden,
ein unvorstellbarer Raum,
eine Auflösung meiner Selbst,
eine Welt voller Liebe,
ganz vertraut.

Mein Leben,
keine Selbstverständlichkeit.

Das war nicht immer so.

Seitdem

Prüfung: Leben

Der Tod mein stummer Begleiter.

Meine Todessehnsucht

ist keine Angst vor dem Leben,

ist keine Abwehrreaktion gegen Angst.

Vielmehr

ein roter Faden,

ein tiefer Wunsch,

die Schönheit des Lebens noch mal zu erleben.

Aber ich bin auf dieser Welt.

Ich lebe.

Ich kämpfe.

Ich bin ein Mensch.

Der Tod mein stummer Begleiter.

Das Leben.

Ich liebe das Leben.

Als Kind erlebte ich eine sogenannte Nahtoderfahrung (NTE), synonym werden auch die Begriffe Nahtoderlebnis, Todesnäheerfahrung (TNE) oder der englische Begriff Near-Death Experience verwendet.

Meine Nahtoderfahrung ist eine für mich existentielle und außeralltägliche Lebenserfahrung, die ich nie vergessen werde, die ich zu jeder Zeit wirklichkeitsgetreu erinnern kann, die meine Persönlichkeit und meine Lebensgestaltung nachhaltig prägte und mich auch heute stark in meinen Gefühlen, Gedanken und Handlungen beeinflusst. Sie ist nicht Mittelpunkt meines Lebens, sie ist vielmehr die Basis meiner Lebensmotivation und Lebensanschauung.

In the summertime, when my body flies up to the sky beneath the clouds, then I feel inside, that I will die... proud and weak... I'm growing up.

Im Zuge einer Operation fiel ich damals in ein zweiwöchiges Koma. Ich oder mein Bewusstsein / meine Seele verließ meinen physischen Körper. Ich konnte meinen Körper im Krankenhausbett liegen sehen. Ich sah die vielen Schläuche in meinem Leib, die medizinischen Apparate neben meinem Bett, ich nahm jedes Wort des medizinischen Personals wahr und schwebte während dessen über der Szenerie. Ich war autonom, mein Bewusstsein, mein Selbst, meine Seele war nach wie vor vorhanden, nur mein Körper, der war ein Körper wie jeder andere, er gehörte zu mir, doch war er mir auch erstaunlich fremd. Ich spürte eine nie gekannte Todesangst. Ich schwebte über dem Bett wie ein Vogel ohne Körper und begutachtete kritisch meinen Leib. Die Welt, so schien es, stand still. Dann schwebte ich körperlos, gedankenvoll und befreit durch einen weichen und warmen Tunnel. Der Tunnel war erleuchtet von hellem Licht, räumlich begrenzt durch weiche, runde, schaumstoffartige Formen. Ein Gefühl der Leere erfüllte mich. Ich verlor die Angst

davor zu sterben, denn ich wusste, das tat ich gerade. Ich flog auf ein hell scheinendes Licht zu. Dieses wundersame Licht war pure Energie. Energie, die durch mich durchwanderte, die mir deutlich machte, dass ich zurückkehren musste. Doch wohin? Ich musste leben, das spürte ich plötzlich. Mein Leben war noch nicht gelebt, ich war ein Kind. An mehr kann ich mich nicht erinnern.

Nichts in meinem Leben war danach wie es einmal war. Mein Leben verlor an Selbstverständlichkeit. Ich nahm mich als „anders“ wahr. Ich war plötzlich anders als andere Menschen. Wollte und konnte mich lange Zeit nicht mitteilen. Ich verlor den Sinn dafür, auf dieser Welt zu leben, wollte in die andere Welt zurück. Ich hatte Todessehnsucht, wollte sterben um zu verstehen.

Heute weiß ich, dass viele Menschen eine solche außeralltägliche Erfahrung erlebt haben.

Leseanregungen:

Der Begriff Near-Death Experience (Nahtoderfahrung) wurde von dem amerikanischen Mediziner, Psychiater und promovierten Philosophen RAMOND A. MOODY geprägt und ist mittlerweile allgemein bekannt. MOODY veröffentlichte 1975 das Buch „Life after Life: The investigation of a phenomenon – survival of bodily death“ (dt. „Leben nach dem Tod“) und widmet sich seit Ende der sechziger Jahre des vorherigen Jahrhunderts dem Phänomen. Dabei stieß er vor allem auf Schilderungen von Personen, die dem biologischen Tod nahe gekommen oder im medizinischen Sinne tot waren. Aus diesem Grund wurden Nahtoderfahrungen als Erlebnisse ehemals klinisch toter Personen bekannt. Nachfolgende Untersuchungen zum Phänomen konnten allerdings belegen, dass nur ein Teil der damit umschriebenen Erlebnisse tatsächlich in unmittelbarer Nähe zum Tod stattfinden, respektive in den meisten Fällen von einem klinischen Tod ausgegangen worden ist. Der früher festgelegte Begriff des klinischen Todes – Herzstillstand und Atemstillstand – wird insbesondere durch die moderne Intensivmedizin mit ihren Wiederbelebungsverfahren in Frage gestellt. Der klinische Tod darf heute nicht mehr als Totaltod – Irreversibles Erlöschen aller Lebensfunktionen- des Menschen bezeichnet werden.

Zudem wurde herausgefunden, dass der Glaube, dem eigenen Tod nahe zu sein, ausreicht, um eine Nahtoderfahrung auszulösen. Nahtoderfahrungen können des Weiteren auch spontan, ohne vorherige Erkrankung ausgelöst werden. Damit ist der Begriff Nahtoderfahrung inhaltlich hinfällig geworden.

Ausgehend davon, dass Menschen mit sogenannten Nahtoderfahrungen nicht wirklich tot waren, im Sinne des irreversiblen Erlöschens aller Lebensfunktionen, bietet sich der Begriff der Sterbeerfahrung oder der Sammelbegriff Sterbephänomen an. Denn Menschen mit Nahtoderfahrungen waren nicht Tote, die zum Leben erweckt wurden, sondern Sterbende, die erfolgreich reanimiert wurden. Da der Begriff der Sterbeerfahrung und der Sammelbegriff Sterbephänomen allerdings bereits in der Sterbeforschung inhaltlich zur Beschreibung von psychischen und physischen Vorgängen während des Sterbens verwendet werden, sind diese Begriffe keine sinnvollen Alternativen zum Begriff der Nahtoderfahrung.

Seit etwa 1965 beschäftigt sich auch die Schweizer Medizinerin ELISABETH KÜBLER-ROSS intensiv mit den Problemen des Todes. Sie forderte eine Humanisierung des Sterbens und etablierte im Zuge dessen die moderne Sterbeforschung. In zahlreichen Werken, wie beispielsweise *On Death and Dying* (dt. *Interviews mit Sterbenden*), vertritt sie die These, dass es Außerleibigkeitserfahrungen und Reinkarnation gebe. KÜBLER-ROSS versteht den Tod als Übergang in eine andere Lebensform, und die Berichte über Nahtoderfahrungen lieferten für sie den Beweis, dass es eine Weiterexistenz nach dem physischen Tod geben müsse.

Elisabeth Kübler-Ross erlebte selbst eine Nahtoderfahrung.

Epochalen Einfluss auf die wissenschaftliche Erforschung des Phänomens und auf die breite Öffentlichkeit hatte jedoch erstmalig R.A. MOODY. Im Zuge seiner Veröffentlichungen nahm die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema zu. Es entwickelte sich die heutige Circumthanatologie, respektive die Todesnähe- bzw. Nahtodesforschung.

MOODY war der erste Forscher, der Nahtoderfahrungen klassifizierte und typische Elemente, auch Kernerfahrungen genannt, herausarbeitete, die für dieses Phänomen

charakteristisch sind. In seinem 1988 veröffentlichten Buch *The Light Beyond* (dt. *Das Licht von Drüben*) beschreibt MOODY neun Elemente der klassischen Nahtoderfahrung. Die neun Kernerfahrungen nach MOODY werden im Folgenden skizziert und durch NTE- Berichte aus meiner eigenen Sammlung illustriert. Es ist darauf hinzuweisen, dass nicht alle Menschen, die ein Nahtoderlebnis durchmachen, sämtliche im Folgenden aufgeführten neun Kernerfahrungen erleben.

Nach MOODY durchleben manche Menschen eine oder zwei, andere fünf oder sechs Kernerfahrungen. Von einer Nahtoderfahrung kann, nach Ansicht von MOODY, dann gesprochen werden, wenn eine oder mehrere Kernerfahrungen auftreten (vgl. R.A. Moody, *Das Licht von Drüben*, S. 23).

Menschen mit Nahtoderfahrungen werden im Folgenden als NTEler bezeichnet.

Die neun Kernerfahrungen der Nahtoderfahrung nach MOODY

1. Das Gefühl tot zu sein

Nach Ansicht von MOODY ist vielen Menschen zunächst nicht bewusst, dass die NTE, die sie durchmachen, mit dem Sterben zusammenhängt. Sie sehen ihren Körper, obwohl sie schwebend über ihm verweilen. Manche Menschen sind in diesem Augenblick verwirrt und reagieren mit Angst auf die Situation. Nach Ansicht von MOODY verwandelt sich diese Angst meist in ein vollkommenes Verstehen. Trotz eines möglichen Mangels an medizinischen Kenntnissen verstehen die NTEler, dass sie sich in einer lebensbedrohlichen Situation befinden. Oft bemühen sich die Betroffenen, Kontakt zu den anwesenden Personen aufzunehmen. Nach Ansicht von MOODY bemerken die NTEler, wenn sie die anwesenden Personen anfassen, dass sie durch diese durchgreifen können. Die anwesenden Personen bemerken hiervon nichts.

„ Meine Hand ist einfach durch den Arm der Ärztin geglitten. Ich wollte ihr sagen, dass sie aufhören soll. Mir ging es doch gut. Ich wollte sie schütteln, aber sie bemerkte nichts hiervon.“ (Interviewauszug, M. Gabriel, 10.09.2002)

Manche NTEler versuchen sich durch Worte bemerkbar zu machen. Diese Worte können sie selbst hören, die anwesenden Personen hingegen nehmen diese nicht wahr.

Nach Ansicht von MOODY entwickeln die NTEler im Verlauf ihrer Außerleibigkeit zunehmend ein besseres Gefühl für ihre Identität; die Verwirrtheit und Angst schlägt in seliges Entzücken und in Begreifen um (vgl. R.A. Moody, Das Licht von Drüben, S. 23-25).

2. Friede und Schmerzlosigkeit

Solange die Person sich noch in ihrem Körper aufhält, hat sie oft starke Schmerzen. Wenn die Verbindung zum Körper jedoch vollkommen durchtrennt ist, dann tritt nach Ansicht von MOODY ein Gefühl von Friede und Schmerzlosigkeit ein. Wie MOODY herausfand, berichten einige NTEler in diesem Zusammenhang von unsichtbaren „Schnüren“, die ihr Bewusstsein und ihren Körper bis dahin zusammengehalten hatten (vgl. R.A. Moody, Das Licht von Drüben, S. 23 –25).

„Ich hörte ein lautes Brummen im Kopf und hatte ziemliche Schmerzen im Arm. Mit ein mal waren die Schmerzen weg. Ich sauste aus meinem Körper. Auch das Brummen war plötzlich weg. Was für ein Trip, ich fühlte mich unglaublich gut.“
(Interviewauszug, B. Lohse, 28.10.2002)

3. Das Verlassen des Körpers

Nach Ansicht von MOODY erleben die NTEler dann eine radikale Veränderung ihrer Perspektive, wenn sie hören, dass der Arzt beispielsweise sagt: *“Wir haben sie oder ihn verloren.“* Die Personen spüren, dass sie ihren eigenen Körper verlassen, aufsteigen und den eigenen Körper von außen betrachten können. Wie MOODY herausfand, berichten einige NTEler davon, dass sie sich in diesem außerkörperlichen Zustand noch in einer Art von Körper befanden. Manche NTEler beschreiben diesen Zustand ihres Körpers als spirituellen Körper, der eine andere Beschaffenheit hatte, als der eigene physische Körper (vgl. R.A. Moody, das Licht von Drüben, S. 25 –26).

„Alles war feinstofflich. Mein Ich, ich selbst war aus feinstofflicher Energie. Auch die anderen Menschen oder Wesen, die ich traf, waren alle aus einer anderen Energie. Es war eine andere Dimension. Ich konnte meine Arme und Hände sehen. Sie sahen ganz anders aus, als sonst.“ (Interviewauszug, B. Quast, 22.09.2002)

4. Das Tunnelerlebnis

Nach Ansicht von MOODY tritt das Tunnelerlebnis gewöhnlich nach der Loslösung vom physischen Körper ein. MOODY sagt in diesem Zusammenhang: *„...Erst nach dem Durchtrennen der Schnüre und nach dem Verlassen des Körpers wird den Betroffenen erst richtig klar, dass ihr Erlebnis etwas mit dem Tod zu tun hat.“* (R.A. Moody, *Das Licht von Drüben*, S. 26). Es öffnet sich ein Portal oder ein Tunnel vor der Person und sie wird in einen dunklen Raum gesaugt. Nach Ansicht von MOODY bewegen sich die NTEler durch diesen Raum, bis sie an seinem Ende in ein strahlendes Licht eintreten. Wie MOODY herausfand, steigen manche NTEler auch eine Treppe hinauf. Nach Ansicht von MOODY unterscheiden sich die Beschreibungen des Tunnelerlebnisses voneinander, aber der Kern des Geschehens ist gleich: die NTEler bewegen sich durch einen Verbindungsgang auf ein strahlendes Licht zu (vgl. a.a.O., S. 26 – 27).

Der niederländische Maler Hieronymus BOSCH hat ein solches Tunnelerlebnis im 15. Jahrhundert in seinem Gemälde *Der Aufstieg in das himmlische Paradies* anschaulich dargestellt (s. Einband).

„Ich schwebte durch einen Tunnel. Alles war warm und weich, wie Schaumgummi. Der Tunnel war aus weichen Kugeln. Ich musste nicht laufen. Ich flog einfach durch ihn hindurch. Am Ende des Tunnels war ein wunderschönes warmes Licht.“ (Interviewauszug, A. Peterson, 02.04. 2000)

5. Lichtgestalten

Nach dem Durchgang durch den Tunnel treffen NTEler gewöhnlich auf sogenannte Lichtwesen. Nach Ansicht von MOODY bestehen diese Wesen nicht aus normalem

Licht, sondern scheinen von einem hellen Licht erleuchtet, das alles durchdringt und den NTEler mit Liebe zu erfüllen scheint.

„Sie waren wunderschön und voller Liebe. Ich konnte mit ihnen sprechen, ohne Worte. Wir haben uns telepatisch unterhalten. Es waren Wesen voller Licht und Wärme.“ (Interviewauszug, K. Borchert, 23.05.2001)

Wie MOODY herausfand, sagen NTEler gewöhnlich, dass dieses Licht wesentlich heller war als jedes Licht, was sie je auf der Erde gesehen haben. Das Licht blendet jedoch nicht, sondern ist warm und voller Lebensenergie.

„Dann war da dieses Licht. Kein normales Licht, wie wir das so kennen. Es strahlte und meine tote Großmutter stand in mitten dieses Lichtes. Ich konnte direkt hinein sehen, es störte mich nicht. Ich meine, es tat nicht in meinen Augen weh, gar nicht.“ (Interviewauszug, B. Quast, 22.09.2002)

Nach Ansicht von MOODY treffen NTEler in dieser Phase gewöhnlich verstorbene Freunde und Verwandte, so auch B. QUAST, die wie oben aufgeführt, ihrer verstorbenen Großmutter begegnete.

Wie MOODY herausfand, besitzen die Verstorbenen ebenfalls einen Körper, der aus feinstofflicher Energie zu sein scheint. Neben dem strahlenden Licht und den lichtdurchfluteten verstorbenen Verwandten und Freunden, berichten einige NTEler auch davon, wunderschöne Landschaften gesehen zu haben.

Im Zuge meiner sozialpsychologischen Arbeit mit psychisch kranken Menschen konnte ich mich intensiv mit einer Frau über ihre Nahtoderfahrung unterhalten. Sie hatte versucht, sich das Leben zu nehmen und berichtete davon, dass sie sich im Verlauf ihrer NTE in einem paradiesischen Garten aufgehalten hatte. Dieser Garten war mit Licht erfüllt und voller bunter Blumen gewesen. Dort traf sie ihren verstorbenen Großvater, der ihr sanftmütig, aber bestimmend sagte, dass sie zur Erde zurückkehren müsse:

„Er benutzte keine richtige Sprache oder Worte. Ich verstand ihn einfach so, ohne Worte. Wir konnte über unsere Gedanken miteinander sprechen.“ (Interviewauszug, K. Schmidt, 05.05.2002).

Wie MOODY herausfand, vollzieht sich in diesem Stadium die Kommunikation nicht durch Wörter, sondern auf telepathische Weise, die ein unmittelbares Sichverstehen ermöglicht (vgl. R.A. Moody, Das Licht von Drüben, S. 27 –28).

6.1. Das Lichtwesen

Nach Ansicht von MOODY begegnen NTEler nach dem Zusammentreffen mit mehreren lichtdurchfluteten Wesen gewöhnlich einem sogenannten höheren Lichtwesen. Dieses Wesen strahlt, wie MOODY herausfand, grenzenlose Liebe und Verständnis aus.

„Es sah aus wie ein Mensch, aber es war so feinstofflich. Ich weiß nicht, wie ich das beschreiben kann. Es gibt keine Vergleiche. Dieses Wesen war wie ein Engel. Vielleicht habe ich einen Engel getroffen. Es strahlte Licht aus und war wunderschön.“ (Interviewauszug, B. Maier, 12.09.2002)

Gewöhnlich fühlen sich die NTEler in der Nähe dieses Wesens geborgen und wollen es nicht wieder verlassen.

Wie MOODY herausfand wird ihnen von dem höheren Lichtwesen dann gesagt, dass sie in ihren irdischen Körper zurückkehren müssen, allerdings zeigt es ihnen gewöhnlich vorab einen Lebensrückblick . (vgl. R.A. Moody, Das Licht von Drüben, S. 27 –28).

7. Der Lebensrückblick

„Es war ein Wesen neben mir. Ganz in Licht getaucht war es plötzlich neben mir. Und dann habe ich mein ganzes Leben gesehen, von der Geburt meiner Selbst, bis zu dem Zeitpunkt, in dem ich gerade war. Ich habe mich als Säugling gesehen und als Kind. Ich sah Situationen, die ich längst vergessen hatte. Alles war in mir. Ich kann nicht beschreiben, wie dies passierte, aber die Bilder waren ganz wirklich. Ich

konnte alles auf einmal empfinden. Jede Situation meines Lebens konnte ich noch mal empfinden, ganz schnell. Es war nicht immer schön, aber irgendwie war alles gut.“ (Interviewauszug, B. Lohse, 28.10.2002)

Wie MOODY herausfand, nehmen die NTEler keine äußere Umgebung mehr wahr, wenn sie den Lebensrückblick vorgeführt bekommen. Der Lebensrückblick ist nach Ansicht von MOODY ein farbiges, dreidimensionales Panorama all dessen, was die Personen je getan haben. Die NTEler sehen sich selbst von außen und der Vorgang ist unabhängig von jeglicher nachvollziehbarer Zeitdimension. Die NTEler sehen nicht nur ihr bisheriges Leben in der Rückschau, sie empfinden und verstehen, nach MOODY, auch die Folgen ihrer bisherigen Handlungen. Durch eine unmittelbare empathische Bezugnahme können sie sich in die Menschen hineinversetzen, die beispielsweise unter ihren vergangenen Handlungen haben leiden müssen.

Wie MOODY herausfand, bleibt das Lichtwesen während der Lebensrückschau bei den Betroffenen und begleitet sie durch alle Stadien der Rückschau, damit die NTEler alle Ereignisse in einem größeren Zusammenhang wahrnehmen können. Nach Ansicht von MOODY führt dies bei NTElern zu der Erkenntnis, dass das Wichtigste im Leben die Liebe und das Wissen ist. Das Lichtwesen weist die NTEler, nach Ansicht von MOODY, darauf hin, dass nach dem Tod einzig die Liebe und das Wissen von Bestand sind (vgl. R.A. Moody, das Licht von Drüben, S. 29 – 30).

8. Rascher Aufstieg zum Himmel

MOODY weist darauf hin, dass nicht alle NTEler durch einen Tunnel gleiten, sondern manche Betroffenen von einem schwebenden Zustand berichten und davon, dass sie rasch zum Himmel aufgestiegen seien. Wie MOODY herausfand, konnten einige NTEler die Erdkugel sehen, während sie sich selbst irgendwo im Kosmos aufhielten (vgl. R.A. Moody, Das Licht von Drüben, S. 30).

Der bekannte Psychoanalytiker Carl Gustav JUNG beschreibt ein vergleichbares Erlebnis, nachdem er 1944 einen Herzinfarkt erlitten hatte und im Zuge dessen mehrere Visionen erlebte:

„Gegen Abend schlief ich ein, und mein Schlaf dauerte bis etwa gegen Mitternacht. Dann kam ich zu mir und war vielleicht eine Stunde wach, aber in einem ganz veränderten Zustand. Ich befand mich wie in einer Ekstase oder in einem Zustand größter Seligkeit. Ich fühlte mich, als ob ich in einem Raum schwebte, als ob ich im Schoß des Weltalls geborgen wäre – in einer ungeheuerlichen Leere, aber erfüllt von einem höchst möglichem Glücksgefühl.“ Er gewinnt darauf hin den Eindruck: *„... Das Leben ist ein Existenzausschnitt, welches sich in einem hierfür bereitgestellten dreidimensionalen Weltsystem abspielt.“* *„Das ist die ewige Seligkeit, das kann man gar nicht beschreiben, es ist viel zu wunderbar... „* (C.G. Jung, Erinnerungen, Träume und Gedanken, S. 293 – 301).

9. Widerwillige Rückkehr

Gewöhnlich ist die Nahtoderfahrung für Menschen ein schönes Erlebnis, welches sie nicht beenden möchten.

„Ich kann mich genau erinnern, wie schrecklich es war, als ich wieder in meinem normalen Leben aufwachte. Ich war lange unter Wasser gewesen. Alles war so einfach und phantastisch gewesen. Nun lag ich da im Gras und spuckte Wasser. Irgendjemand hatte mich zurückgeschubst. Ich wurde von hinten geschubst, zurück in meinen Körper. Aber ich wollte nicht.“ (Interviewauszug, M. Albrecht, 03.01.2003)

Nach Ansicht von MOODY sind die meisten NTEler bereits nach einer Woche sehr froh, dass sie im Diesseits weiterleben können, wenngleich sie den Zustand des seligen Friedens während der TNE vermissen. Wie MOODY herausfand berichten einige NTEler davon, dass sie das Gefühl hatten, selbst entscheiden zu können, ob sie in das irdischen Leben zurückkehren wollten. Manchmal trafen auch das Lichtwesen oder verstorbene Verwandte und Freunde die Entscheidung, dass der Betroffene zurückkehren müsse (vgl. Moody, Das Licht von Drüben, S. 30 –32).

10. Verändertes Zeit- und Raumempfinden

Unzählige TNE- Berichte belegen, neben den neun Kernerfahrungen, dass die Betroffenen während ihrer Erfahrung ein verändertes Zeit- und Raumempfinden

hatten. Die Zeitdimensionen Zukunft, Gegenwart und Vergangenheit wurde von einigen NTElern gleichzeitig erlebt. Viele NTEler berichten davon, dass die Zeit stark gerafft gewesen sei. Einige Betroffene haben ihr Erlebnis als *Aufenthalt in der Ewigkeit* beschrieben.

Die räumlichen Beschränkungen, denen Menschen im Alltag unterworfen sind, werden in Nahtoderlebnissen häufig durchbrochen. Während einer TNE können Ortswechsel vorgenommen werden. Diese sind alleinig durch Gedanken motiviert und stehen in enger Verbindung zu dem Phänomen der Außerleibigkeit (vgl. R. A. Moody, *Das Licht von Drüben*, S. 32 –33).

MOODY und die vielen sich auf ihn berufenden Autoren heben vor allem die Gemeinsamkeiten in der Struktur der Erfahrungen hervor. Das gleichmäßige Muster der Todesnäheerfahrung zeige sich nicht nur zwischen einzelnen Erlebnisberichten, sondern sei zudem über historische und kulturelle Grenzen hinweg, sozusagen universell nachweisbar (vgl. Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, *Todesnähe*, S. 18). Diese Annahme wird durch die oben aufgeführten Berichte aus meiner eigenen Sammlung gestützt, wenngleich die Berichte keiner repräsentativen Studie entsprechen, und infolgedessen keine eindeutigen Belege sind.

Aus der Forschungsarbeit MOODYs über Erlebnisse in Todesnähe entwickelte sich die heutige wissenschaftliche Disziplin der Circumthanatologie, respektive der Nahtodes- bzw. Todesnäheforschung.

In Amerika gründete sich im Jahre 1980 unter der Leitung des Psychologen und Nahtodesforscher Kenneth RING die Forschungsplattform *IANDS, The International Association for Near-Death-Studies*. Seither sind Hunderttausende von Todesnäheerfahrungen interkulturell erforscht worden. Die Liste der Publikationen ist heute unüberschaubar geworden (vgl. B. Jakoby, *Auch du lebst ewig*, S. 35).

Welche Menschen erleben Nahtoderfahrungen?

Einige Autoren der Circumthanatologie gehen davon aus, dass vor allem Menschen, die allgemein der Mystik, Spiritualität oder Religion zugewandt sind, NTEs erleben.

Wie BLACKMORE herausfand kommen die Sterbeforscher Glenn ROBERTS und John OWEN 1988 jedoch zu dem Schluss, dass es keine demographischen Unterschiede zwischen Menschen gibt, die eine Nahtoderfahrung hatten, und solchen, die keine erlebten. Nach ROBERTS und OWEN ermöglichen Alter, Geschlecht, Bildungsgrad, Familienstand, Berufsstatus, sozioökonomischer Status und religiöser Hintergrund keine Vorhersage, ob es zu einer NTE kommt (vgl. S. Blackmore, Neurophysiologische Erklärungen von Nah-Todeserfahrungen, In: Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 39).

Ein ähnlicher Mangel an Unterschieden zeigt sich bei einer Untersuchung von GREYSON. Er veröffentlichte eine Studie, in der er 183 Menschen, die von einer Nahtoderfahrung berichteten, mit 63 Personen verglich, die keine NTE hatten (vgl. B. Greyson, Near-Death Experience and Satisfaction with Life, 103 – 110).

MOODY fand einen einzigen Unterschied zwischen den Geschlechtern heraus, nämlich dass Männer aus Angst, sich lächerlich zu machen, weniger bereit waren, über ihre Erfahrungen zu berichten als Frauen (vgl. Moody, Das Licht von Drüben, S. 21 - 23). Diese von MOODY getroffene Annahme lässt allerdings keine Rückschlüsse auf geschlechtsspezifische Unterschiede in bezug auf das Auftreten und die Häufigkeit von NTEs zu.

Die bereits aufgeführte *Ost-West-Deutsche Studie* von KNOBLAUCH verweist darauf, dass das Auftreten von NTEs keinen geschlechtsspezifischen Unterschieden unterliegt (vgl. Hg. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 217 – 249).

Die 2001 veröffentlichte erste prospektive NTE- Studie des niederländischen Kardiologen Pim VAN LOMMEL widerspricht den Ergebnissen von KNOBLAUCH und weist darauf hin, dass weibliche Patienten unter sechzig Jahren häufiger von besonders intensiven Nahtoderfahrungen berichten, ebenso solche Menschen, die kurze Zeit später starben (vgl. P. van Lommel, www.freenet.de, Wissenschaft).

Richard KOHR, ein Wissenschaftler des Pennsylvania Department of Education und sowohl Mitglied der *IANDS*, als auch des *Association for Research and*

Enlightenment (ARE), erstellte 1983, wie RING herausfand, im Rahmen einer Untersuchung einen Überblick über die Mitglieder der ARE und teilte sie in drei Kategorien ein:

358 Personen waren dem Tod nicht nahe gekommen, 105 Personen waren in unmittelbarer Todesnähe, berichteten allerdings über keine NTE, und 84 Personen machten eine tiefe, bewegende persönliche Erfahrung mit wenigsten einem der neun Elemente, die RING und MOODY zum Kern der NTE zählen. In allen Fällen verfügte die Gruppe der Personen mit Nahtoderfahrungen über viel größere Erfahrungen mit paranormalen Kräften und paranormal- artigen Fähigkeiten wie etwa der außersinnliche Wahrnehmung (ASW), Psychokinese (PK), Auren, Erscheinungen, Visionen und Außerleibigkeitserfahrungen, und zwar sowohl im Wachzustand als auch im Traum (vgl. K. Ring, *Den Tod erfahren - Das Leben gewinnen*, S. 175 – 177).

Es gibt eine Reihe von Untersuchungen, die zwar nicht den oben aufgeführten Vergleich vorgenommen haben, wie KOHR, deren Ergebnisse in diesem Zusammenhang aber von Interesse sind.

So verglichen GREYSON und STEVENSON im Rahmen einer 1980 veröffentlichten Studie eine Gruppe von 78 Personen mit NTE mit der normalen Population, sowie mit einer Gruppe von 345 Personen ohne NTE und 92 Patienten einer psychiatrischen Klinik.

Die Personen mit NTEs berichteten häufiger als andere, schon früher Außerkörperlichkeitserfahrungen und andere mystische Erlebnisse gemacht zu haben, aber seltener paranormale Erfahrungen, wie Hellsehen oder präkognitive Träume (hellseherische Träume) (vgl. B. Greyson und I. Stevenson, *The Phenomenology of Near-Death Experiences*, S. 1193 – 1196).

Wie BLACKMORE herausfand, verglichen TWEMLOW und GABBARD NTEler mit Menschen, die Außerleibigkeitserfahrungen gemacht hatten, nicht physisch krank waren oder sich während des Erlebnisses in der Nähe des Todes befanden. Durch die 1984 veröffentlichte Studie fanden die Forscher heraus, dass beide Gruppen psychisch gesund waren. Der einzige Unterschied bestand darin, dass die Menschen mit TNEs über eine stärkere Phantasie verfügen und sich mehr in Bücher, Filme und dergleichen hineinsteigern können (vgl. S. Blackmore, *Neurophysiologische*

Erklärungen von Nah-Todeserfahrungen, In: Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 39).

MORSE veröffentlichte 1992 eine in diesem Zusammenhang relevante Studie. Folgende Kontrollgruppen wurden miteinander verglichen: Erwachsene, die als Kinder krank waren, aber keine NTEs erlebt hatten, Erwachsene, die sich lediglich für NTEs interessieren, Erwachsene, die als Kinder Außerleibigkeitserfahrungen gemacht hatten, eine Kontrollgruppe ohne jede solcher Erfahrungen und Menschen, die als Kinder mystische oder visionäre Erfahrungen gemacht hatten.

Die NTEler und diejenigen, die Visionen gehabt hatten, zeigten weniger Angst vor dem Tod und hatten häufiger paranormale Erfahrungen (vgl. M. Morse und P. Perry, Transformation by the Light (dt: Verwandelt vom Licht), S. 42 –56).

Im Zusammenhang mit den oben aufgeführten Untersuchungen ist darauf hinzuweisen, dass es kaum möglich ist, Ursache und Wirkung voneinander zu unterscheiden. Jeder Unterschied kann entweder bedeuten, dass die entsprechenden Menschen eher dazu neigen, NTEs zu erleben, oder dass die Veränderung die Folge der Nahtoderfahrung ist. MORSE deutet seine Untersuchungsdaten als Beleg dafür, dass die Nahtoderfahrung der Grund für die Veränderung ist (vgl. a.a.O., S. 57). Dies ist allerdings nicht eindeutig belegt.

Wie BLACKMORE herausfand, widerspricht RING MORSE in diesem Aspekt der Todesnäheforschung. RING ist der Ansicht, dass es eine zu NTE neigende Persönlichkeit gibt. Nach BLACKMORE fand RING durch eine 1992 veröffentlichte Fallstudie heraus, dass Personen mit Nahtoderlebnissen eine in der Kindheit erworbene Sensitivität zu anderen Wirklichkeiten haben. Im weiteren postuliert er, dass NTEs um so häufiger vorkommen, je öfter die Person als Kind seelisch, körperlich oder sexuell missbraucht worden war, krank gewesen war oder ein gestörtes Familienleben gehabt hatte (vgl. S. Blackmore, Neurophysiologische Erklärungen der Nah-Todeserfahrung, In: Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 40).

Das Ergebnis dieser Untersuchung ist auf unterschiedliche Weise zu deuten und ermöglicht einen breiten Interpretationsspielraum. Wenn das NTE beispielsweise eine Form der Dissoziation (Abspaltung einzelner psychischer Anteile) ist, würde es möglich sein, dass die Versuchspersonen die Dissoziation als Bewältigungsmechanismus ihrer negativen Kindheitserfahrungen eingesetzt haben und sie diese, wenn sie mit dem Tod konfrontiert sind, erneut aktivieren.

Die von RING aufgeführte Fallstudie impliziert zwei Fragenstellungen: Gibt es einen kausalen Zusammenhang von NTEs und Misshandlungen in der Kindheit? Besteht ein Zusammenhang zwischen Dissoziation und dem Erlebnis einer TNE?

Harvey J. IRWIN untersuchte das an 121 Studenten. Die zehn Personen mit einem Nahtoderlebnis berichteten von Misshandlungen in der Kindheit, allerdings zeigten sie keine stärkere Neigung zur Dissoziation, als die Personen ohne TNE (vgl. H. J. Irwin, The Near-Death Experience as a Dissociative Phenomenon, In: JNDS 12, S. 95 –103).

Die Frage nach: Welche Menschen haben NTEs? so zeigen die oben aufgeführten Untersuchungen, kann nach heutigem Wissenstand nicht eindeutig beantwortet werden, wenngleich Forscher wie u.a. MORSE behaupten, dass jeder, der eine Herz-Kreislauf-Wiederbelebung bekommt, so etwas wie eine Nahtoderfahrung macht. Das sich die Betroffenen nachher nicht mehr daran erinnern können, liegt nach Ansicht von MORSE einzig daran, dass die verabreichten Medikamente einen Gedächtnisverlust bewirken. Diese Ansicht oder Schlussfolgerung steht im Widerspruch zu einigen oben aufgeführten Hypothesen und kann nicht als allgemein gültig angenommen werden. Auch die Frage, ob Dissoziation im Zusammenhang mit NTEs eine Rolle spielt, ist nicht eindeutig zu beantworten. (vgl. IV.)

Zur Häufigkeit von Nahtoderfahrungen

JAKOBY ist der Annahme, dass insgesamt von einem Gesamtvolumen von über 50 Millionen Menschen weltweit mit einer Nahtoderfahrung ausgegangen werden kann (vgl. B. Jakoby, Auch du lebst ewig, S.39).

Nach Ansicht von KNOBLAUCH liegt bislang nur eine repräsentative Studie zu Nahtoderfahrungen vor. Wie KNOBLAUCH herausfand, führten GALLUP und PROTECTOR in den Jahren 1980 bis 1981 für die USA eine Befragung zu Grenzerfahrungen durch, in deren Rahmen auch Nahtoderfahrungen erfasst wurden. Demnach haben etwa 15 % der befragten Amerikaner solch eine Grenzsituation erlebt, wobei ungefähr ein Drittel von ihnen von außergewöhnlichen Wahrnehmungen wie friedlichen Gefühlen, dem Eindruck, in einer anderen Welt

gewesen zu sein, von einer Lebensrückschau oder einer Außerleibigkeitserfahrung berichteten (vgl. Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 18).

Die bereits mehrfach aufgeführte *Ost-West-Deutsche Studie* des Soziologen KNOBLAUCH ergab, bezogen auf die deutsche Gesamtbevölkerung mit mehr als 80 Millionen Menschen, dass etwa 3,5 Millionen Deutsche eine Nahtoderfahrung erlebt haben. Davon fanden sich etwa gleich viele Männer wie Frauen, die eine solche Erfahrung gemacht haben. Auch hinsichtlich des Unterschiedes zwischen Ost- und Westdeutschland fanden sich im Osten ähnlich viele Menschen wie im Westen mit Nahtoderfahrungen (vgl. Hg. H. Knoblauch und H.-G. Soeffner, Todesnähe, S. 217 – 249).

Es ist darauf hinzuweisen, dass die oben aufgeführten Zahlen sich auf Berichte von Nahtoderfahrungen beziehen, allerdings nicht aufzeigen können, wie viele Menschen tatsächlich eine Nahtoderfahrung erlebt haben.

Nach Ansicht einiger Forscher, u.a. RING, ist davon auszugehen, dass es in Zukunft immer mehr Menschen mit Nahtoderfahrungen geben wird, denn die Fortschritte in der Medizin und medizinischen Technologie bedingen eine Verbesserung unterschiedlicher Wiederbelebungstechniken. Es ist anzunehmen, dass aufgrund dieser medizinischen Fortschritte, zunehmend mehr Menschen, die dem Tod nahe sind, wiederbelebt werden können (vgl. K. Ring, Den Tod erfahren - das Leben gewinnen, S. 29).

Liebe Grüße Anke!