

Nahtoderfahrungen – Ein letztes Aufflackern des sterbenden Gehirns? Eine Einführung in das Thema

Dieser Vortrag wurde im März 2006 an der kath. Akademie Aachen gehalten. Eine erweiterte Fassung - unter Einbeziehung von Fallbeispielen und mit einer Darstellung der mystischen Seite von NTE - findet sich in G. Souvignier, Durch den Tunnel. Nahtoderfahrungen interdisziplinär betrachtet.

<http://www.origenes.de/literatur/literaturverzeichnis/literaturverzeichnis-nte/literatur-nte.htm#Souvignier>

Email Adresse des Autors jo-nicolay@t-online.de

Einleitung:

Name. Ich bin Diplompsychologe, Diplomtheologe und habe in Philosophie promoviert. Was bringt jemanden dazu, sich mit NTE zu beschäftigen. Da spielen oft auch persönliche Gründe mit. Bei mir war es der Tod meiner Frau vor 6 Jahren, der mir einen Zugang zu diesem Thema eröffnete. Seitdem habe ich mich intensiv mit NTE beschäftigt und durch die Vorträge und Veranstaltungen, die ich durchführe, viele Menschen kennen gelernt, die ein solches Erlebnis hatten. Den Gesprächen mit ihnen verdanke ich viele wertvolle Eindrücke und eine Bereicherung meines Wissens über NTE.

Ich habe es sehr begrüßt, dass in Deutschland ein Netzwerk NTE gegründet wurde, in dem ich mittätig bin. U.a. stelle ich auf unserer Website ‚Klassiker der NTE-Literatur‘ vor, also Bücher und wissenschaftliche Artikel, die unser Wissen über diese Erlebnisse erweitert und vertieft haben.

Im folgenden Vortrag werde ich den Schwerpunkt auf das Erleben während einer NTE legen und Ergebnisse der inzwischen 30-jährigen NTE-Forschung vorstellen.

1. Begriff und Anlässe

Was meinen wir eigentlich, wenn wir von NTE sprechen? So verbreitet der Begriff inzwischen ist, so vieldeutig ist er auch. Das führt manchmal zu einer Verwirrung in der Diskussion.

Der Begriff selbst legt nahe, dass *Erfahrungen in Todesnähe* gemeint sind. Nach dieser Definition wäre alles, was Menschen in Todesnähe erleben, eine NTE.

H. Knoblauch hat 1999 eine Studie vorgelegt, bei der er diese Definition zu Grunde legte. Mehr als 2000 Personen in ganz Deutschland bekamen einen Fragebogen zugeschickt, dessen entscheidende Frage (Filterfrage) lautete, ob sie schon einmal ein intensives Erlebnis hatten, bei dem sie glaubten, gerade zu sterben bzw. in der Nähe des Todes zu sein. D.h. Knoblauch sammelte Berichte über alle Arten von Erlebnissen, die in Todesnähe auftreten können.

Darunter waren einerseits Berichte, in denen von Lichterlebnissen, Tunnel, außerkörperlichen Erfahrungen die Rede war. Aber es wurden auch Erlebnisse ganz anderen Inhalts geschildert, in denen z.B. Sensenmänner und Stehpartys vorkamen.

Wenn Knoblauch aus seiner Befragung folgert, dass in Deutschland 4,3% eine NTE hatten, muss man im Hinterkopf haben, dass er damit eben diese Vielfalt von Erlebnissen meint, die in Todesnähe und kritischen Lebenssituationen auftreten können.

Ich glaube, es wird schon klar, dass wir, wenn wir normalerweise von NTE sprechen, gar nicht diese Vielfalt meinen, sondern uns für einen bestimmten Erlebnistyp interessieren, der in Todesnahesituationen begegnet. Nach dieser zweiten Definition stellen NTE also einen spezifischen *Typus des Erlebens* dar. Was NTE so populär und auch zum Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen gemacht hat, ist ihr Inhalt. Menschen schildern ein Erlebnis, das für sie den Charakter einer Jenseiterfahrung hatte. Wie Moody feststellte, werden mit einer gewissen Regelmäßigkeit OBE, Tunnel, Licht, Begegnung mit verstorbenen

Angehörigen, Lebensrückblicke geschildert – Elemente, die einzeln oder miteinander kombiniert auftreten können. Bei Moody ist unter NTE also ein bestimmter Typus des Erlebens im Sinne einer Jenseitserfahrung zu verstehen, für den Todesnähe nur der Auslöser ist.

Im Anschluss an Moodys Buch entwickelte der Psychologieprofessor Kenneth Ring eine Skala, den WCEI, also ein **Einschätzverfahren**, mit dessen Hilfe man bei einer wissenschaftlichen Untersuchung feststellt, ob dieser Typus des Erlebens vorliegt. Die gleiche Funktion hat die Greyson-Skala. Diese Skalen erlauben es z.B., unterschiedliche „Tiefen“ einer NTE zu unterscheiden.

In Moodys Buch, und genauso bei E.Kübler-Ross oder in Deutschland in dem zeitgleich erschienen Buch von Johann Christoph Hampe wird die Vermutung geäußert, es handle sich bei diesen Jenseitserlebnissen nicht um Phantasien einzelner Menschen, sondern um **ein überindividuell vorkommendes Muster**. Daher kam man bald zu der Frage: Wie verbreitet kommen solche Erlebnisse vor? Werden sie nur von Menschen in den USA oder auch in anderen Ländern und vielleicht sogar in anderen Kulturen berichtet?

Studien, die in den vergangenen 30 Jahren in verschiedenen Ländern der Erde – u.a. in den USA, Großbritannien, Australien, oder den Niederlanden - durchgeführt wurden, zeigten, dass dieses Muster länder- und kulturübergreifend nachweisbar ist. Man darf sich durch Äußerungen von Hubert Knoblauch nicht irritieren lassen. Dass bei ihm der Eindruck entsteht, NTE seien auf Grund ihrer vielfältigen Gestalt stark kulturell geprägt, hängt allein mit dem weiten, unspezifischen NTE-Begriff zusammen, den er seiner Studie zugrunde gelegt hat. In Deutschland hat Schröter-Kuhnhardt an 100 Fallberichten das charakteristische NTE-Muster nachgewiesen. Auch aus China liegt eine Studie vor:

1976 gab es in Tangshan ein starkes Erdbeben. 11 Jahre später interviewten zwei chinesische Ärzte 81 Überlebende. Es handelte sich ausnahmslos um Patienten einer Klinik, die durch das Erdbeben unter ihren Häusern begraben worden waren und durch die dabei erlittenen Schäden partiell oder ganz gelähmt waren. Von ihnen berichteten 42 Prozent über NTE. In ihren Schilderungen begegnet das gleiche Muster wie in NTE-Berichten aus westlichen Ländern.

Allerdings zeigte sich schon bald, dass sich die gleichen Erlebnisse auch in nicht-krisenhaften Situationen, wie z.B. in einem Erschöpfungszustand, während einer Meditation oder einfach im Schlaf einstellen können. Diese Fälle hat man bisher eher als die Ausnahme von der Regel betrachtet. Eine neue Studie des englischen Theologen und Philosophen Mark Fox (2003) lässt Zweifel an dieser Sichtweise aufkommen. An der Abteilung für Theologie und religiöse Studien der Universität von Wales gibt es ein Institut für die Erforschung religiöser Erfahrungen (Religious Studies Research Centre). Das Institut inseriert seit 35 Jahren regelmäßig in Zeitschriften und bittet um Berichte über religiöse Erfahrungen welcher Art auch immer. Inzwischen existiert eine Sammlung von über 6000 solcher Berichte - Bekehrungserlebnissen, Begegnungen mit numinosen Wesen usw.

Obwohl nie ausdrücklich nach NTE gefragt worden war, fand Mark Fox, als er die Sammlung durchforstete, 99 Berichte, die NTE zum Inhalt hatten. Einige davon stammen noch aus den Anfängen des Instituts vor über dreißig Jahren. Alle waren, meist in der Form von Briefen, direkt an das Institut geschickt worden. *Das Kriterium dafür, ob eine Erfahrung als NTE gewertet wurde, ergab sich aus den NTE-Elementen, die Moody, Ring u.a. zusammengestellt haben. Keine Erfahrung, in der eines dieser Elemente auftrat, wurde ausgeschlossen.*

Die Auswertung dieser Berichte bestätigte die wichtigsten Einsichten aus früheren Untersuchungen. In einem Punkt ergab sich jedoch ein sensationell zu nennender Befund: Nur ca 30% der Berichte (32 Fälle) bezog sich auf lebensbedrohliche Krisen. Der größere Teil – ca. 60 % (59 Berichte) hatte sich dagegen in nicht-lebensbedrohlichen Situationen – etwa im Schlaf, während einer Meditation oder beim Spaziergehen – ereignet!

Ich möchte festhalten, dass NTE zwar in Todesnähe auftreten können – und vielleicht auch gehäuft auftreten –, dass Todesnähe aber nur einer von verschiedenen Anlässen ist, die zu einem solchen Erlebnis führen können. Bisher galt der Anlass – Todesnähe- und das Erlebnis als fest miteinander verbunden. Diese Kopplung muss man aufgeben. NTE sind in der Tat einfach eine bestimmte Form des Erlebens, ein spezifisches Erlebensmuster.

Die Bedeutung der Erkenntnis nicht-krisehaft ausgelöster NTE ist m.E. noch nicht zu ermitteln. Der Forschung wird ein neuer Weg gewiesen. Alle Erklärungen stehen in Frage, die von einer Todesnähe her argumentieren. Hypothesen, NTE seien auf Sauerstoffmangel, auf Todesangst, auf den Einfluss von Narkosemitteln zurückzuführen oder einem „Clash der Zeiten“ geschuldet, also nichts anderes als ein letztes Aufflackern des sterbenden Gehirns – all diese Spekulationen sind hinfällig bzw. liefern zumindest keine ausreichende Erklärung. Die nicht durch ein krisenhaftes Ereignis ausgelösten Erfahrungen zeigen, wie unangemessen und auch irreführend im Grunde genommen der Begriff NTE selbst ist, weil er vom Anlass ausgeht, über den Inhalt jedoch nichts mitteilt. Ich habe selbst mit einer Reihe von Menschen gesprochen, die ein solches Erlebnis hatten, das nicht durch Todesnähe ausgelöst worden war. Sie wären nie auf die Idee gekommen, dass es sich dabei um eine NTE gehandelt haben könnte, obwohl der Inhalt des Erlebens und seine Nachwirkungen identisch waren. Die Suche nach einem adäquaten Namen ist aber gleichbedeutend mit der Frage nach dem, was eigentlich das Wesentliche an diesem Erlebnis ist.

Die Diskussion um OBE

Ein Element, das zu der besonderen Aufmerksamkeit beitrug, die NTE auf sich gezogen haben, sind die sogenannten außerkörperlichen oder autoskopischen Erfahrungen. Von einer außerkörperlichen Erfahrung (out-of-body-experience oder kurz OBE) spricht man, weil die Betroffenen den Eindruck haben, sich aus ihrem Körper entfernt zu haben. Dieser Eindruck beruht vor allem darauf, dass man bei klarem Bewusstsein zu sein scheint und gleichzeitig seinen Körper von einem Punkt im Raum aus sehen kann.

Die Menschen schildern die Geschehnisse in der Regel aus einer bestimmten Perspektive, und zwar so, als hätten sie alles von oben, z.B. von einem Punkt an der Decke des OP-Saales aus wahrgenommen. Von dort sieht man z.B., wie Leute unter einem die Köpfe zusammenstecken und erst als sie auseinander treten, erkennt man, dass da unten auf dem OP-Tisch der eigene Körper liegt.

Die Menschen empfinden meist eine große Gelassenheit und ein Gefühl des Friedens. Sie setzen sich damit auseinander, dass sie eine klare Wahrnehmung und ein klares Bewusstsein besitzen, während sie von ihrem Körper getrennt zu sein scheinen. „Der Teil von mir, der existierte, hatte mit meinem Körper gar nichts zu tun.“ 18f

Neurowissenschaftler äußern meist die Vermutung, dass es sich bei den außerkörperlichen Erfahrungen um realitätsnahe Täuschungen, also um Halluzinationen handelt. Demnach konstruiert sich das Gehirn ein szenisches Bild der Situation.

Die Betroffenen selbst sind stets überzeugt, dass ihr Erlebnis real war und sie nicht geträumt haben oder das Opfer einer Halluzination geworden sind. Allerdings findet sich eine ähnliche „Realitätsmeinung“ auch bei den sogenannten Oneiroiden. Damit meint man eine Form von Halluzinationen, die ebenfalls bei schweren bzw. lebensbedrohlichen Erkrankungen, z.B. im Koma auftreten. Es sind Zustände zwischen Traum und Wachheit, die für den Kranken den Charakter einer geschlossenen imaginären Welt besitzen und als absolut real empfunden werden.

Der Vergleich mit Oneiroiden macht deutlich, dass der Realitätseindruck für sich genommen kein Argument für die Wirklichkeit des Erlebten darstellt. Allerdings gibt es deutliche Unterschiede zwischen OBE und oneiroiden Phantasien. Das zeigt ein Vergleich.

Oneiroide treten z.B. bei Menschen auf, die an Polyradikulitis (Guillain - Barre' - Syndrom) erkranken. Dabei handelt es sich um eine fortschreitende Lähmung, die schließlich auch die Atmung erfasst, so dass die Betroffenen künstlich beatmet (intubiert) werden müssen.

Dadurch verlieren sie ihre letzte verbliebene Möglichkeit, (verbal) Kontakt zu ihrer Umwelt aufzunehmen. Dieser Zustand begünstigt das Auftreten von Halluzinationen. Der Psychiater Schmidt-Degenhard (1992) hat 13 Personen, die an Polyradikulitis erkrankt und künstlich beatmet worden waren, nach ihrer Genesung interviewt und ihre Schilderungen ausführlich dokumentiert. Was diese Menschen über ihre halluzinatorischen Erlebnisse während der Krankheit berichten, macht auf zwei wesentliche Unterschiede zu OBE aufmerksam.

1. Auch in den szenischen Vorstellungen der halluzinierenden Menschen treten reale Personen also z.B. Ärzte, Pfleger, Angehörige auf. Sie werden allerdings ausschließlich in einen irrealen Kontext hineinphantasiert. Z.B. taucht der Pfleger als Wärter in einem Gefängnis auf, in dem der Kranke gegen seinen Willen festgehalten wird. Halluzinationen beinhalten in der Regel eine durch die Phantasie verzerrte Wahrnehmung der Wirklichkeit. In OBE dagegen werden nicht ausnahmsweise, sondern regelmäßig! Personen und Umfeld realitätsgetreu geschildert.

2. Die außerkörperlichen Erfahrungen (OBE) werden ebenso wie bestimmte Erlebnisse während eines Oneiroids im Nachhinein häufig einer Realitätsprüfung unterzogen. Das ist immer dann der Fall, wenn die Menschen später ihre Erlebnisse und Eindrücke mit anderen am Geschehen Beteiligten abklären.

Im Fall des Oneiroids ergibt sich aus der Konfrontation mit der Realität nach und nach die Erkenntnis des imaginären Charakters der Erlebnisse. Ein Mann, der noch nach der Genesung von seiner Krankheit fest daran glaubt, miterlebt zu haben, wie ihm freundschaftlich verbundene Nachbarn von vagabundierenden Soldaten in ihrem eigenen Haus erschossen wurden, kann erst von seiner Frau, die ihn besucht, davon überzeugt werden, dass diese Nachbarn noch leben und alles ein schrecklicher Alptraum war.

Eine andere Erkrankte, die in oneiroiden Phantasien den Tod des eigenen Sohnes erlebt zu haben glaubte, begrüßte diesen, als er sie im Krankenhaus besuchte, mit ungläubigem Erstaunen: „Du lebst ja noch!“

Auch im Fall von OBE müsste man damit rechnen, dass der Kontakt mit der Realität rasch die Seifenblase eines bloßen Phantasiekonstruktes zum Platzen bringen würde.

In Wirklichkeit erwähnen Berichte über OBEs jedoch regelmäßig eine nachträgliche Verifizierung des Erlebten durch die Bestätigung anderer beteiligter Personen, also von Ärzten, Rettungssanitätern, OP-Schwestern oder Angehörigen. Ein OP-Pfleger erzählte mir eine Begebenheit mit einem Patienten, der nach einem Motorradunfall reanimiert worden war. Dieser habe ihm zu einem späteren Zeitpunkt detailliert Einzelheiten der Reanimation geschildert. U.a. habe er ihm gesagt, er sei derjenige gewesen, der den Wagen mit dem Gerät herbeigefahren habe, mit dem man ihm Stromstöße „verpasst“ habe.

Der amerikanische Kardiologe Michael Sabom (1982) fand eine systematische Methode, den Realitätsgehalt solcher Berichte zu prüfen. Er verglich die Schilderungen von Patienten, die über eine OBE im Zusammenhang mit einer Operation oder Reanimation berichteten, mit den Operationsprotokollen und konnte eine bis in die Einzelheiten reichende Übereinstimmung belegen.

OBE können auch unabhängig von einer NTE durch vielfältige Anlässe ausgelöst werden: durch körperliche Krisensituationen, durch Schock, sexuellen Missbrauch, die Einnahme von Drogen, durch Meditation. Sie können sich auch als spontanes Ereignis im Schlaf einstellen. Die entscheidende Frage ist aber nicht: Was löst eine OBE aus? Sondern: Wie ist ihr erkenntnistheoretischer Status zu beurteilen? Handelt es sich um Phantasiegebilde, also Halluzinationen oder um reale, also außersinnliche und außerkörperliche Wahrnehmungen? Aus wissenschaftlicher Sicht sind beides Hypothesen, über deren Wahrheitsgehalt letztlich nicht theoretische Überlegungen entscheiden werden, sondern empirische Studien.

Ideal wäre es, wenn es gelänge, außerkörperliche Erfahrungen, bei denen die Personen den Eindruck haben, ihr Umfeld wahrzunehmen, künstlich auszulösen und die angeblichen Wahrnehmungen praktisch unter Laborbedingungen zu überprüfen.

In letzter Zeit such man verstärkt nach Möglichkeiten, wie man die Berichte über spontane außersinnliche Wahrnehmungen während einer Bewusstlosigkeit objektiv und zuverlässig auf ihren Realitätsgehalt testen kann. Im letzten Herbst wurde beispielsweise unter Leitung des Psychiaters und NTE-Forschers Peter Fenwick in mehreren britischen Krankenhäusern ein Versuch gestartet. In den OP-Räumen wurden Bildschirme mit variablen Symbolen angebracht, die nur von der Decke aus einsehbar sind. Wer über eine OBE berichtet, müsste diese Symbole wahrnehmen. Zusätzlich laufen Kameras, die aufzeichnen, was gerade passiert. Man erhofft sich davon, Schilderungen von Patienten über OBE anhand dieser Symbole und Aufzeichnungen auf ihren Realitätsgehalt testen zu können.

NTE als Transzendenzerfahrungen

Kommen wir zu dem möglichen weiteren Verlauf einer NTE. Dieser unterscheidet sich in wichtigen Aspekten von den OBE, die wir bisher besprochen haben. Um diesem Unterschied Rechnung zu tragen, hat M. Sabom vom „autoskopischen“ Teil der NTE den transzendenten Teil unterschieden.

Dass diese Unterscheidung sinnvoll ist, erkennt man, wenn man sich damit befasst, wie die Menschen ihr Erlebnis deuten und wie es sich auf ihr weiteres Leben – ihre Einstellung zum Tod, zum Jenseits, zu Gott und zu den Mitmenschen - auswirkt.

OBE kommen häufig alleine vor, also ohne dass ein Tunnel, ein Licht usw. erlebt wird. Was denken Menschen, die „nur“ eine OBE hatten? Welche Rückschlüsse ziehen sie daraus? Ich habe mit einer Reihe von Personen gesprochen, deren NTE mit der außerkörperlichen Erfahrung beendet war. Mir wurde an diesen Gesprächen deutlich, dass eine OBE allein in der Regel nicht als Jenseiterfahrung, sondern eher als außergewöhnliches – vielleicht paranormales - Erlebnis gesehen wird. Die Leute sagen z.B.: Das Sterben war leicht, aber was danach kommt, weiß ich trotzdem nicht. Die Angst vor dem Tod ist reduziert, d.h. aber nicht zwangsläufig, dass man von einem Weiterleben nach dem Tod oder der Existenz Gottes überzeugt ist.

Das ist bei Menschen anders, deren Erlebnis weitergeht. Ich will das am Beispiel des Tunnels erläutern. In der Alltagssprache ist manchmal die Rede vom „Licht am Ende des Tunnels“. Das ist bildlich gemeint: Eine Lösung ist in Sicht. Aber man weiß auch, was ‚Licht am Ende des Tunnels‘ im konkreten Sinn bedeutet. Als Autofahrer freut man sich, wenn es am Ende eines Tunnels hell wird. Es gibt Wissenschaftler, die glauben, dass in lebensbedrohlichen Situationen im Gehirn Prozesse ablaufen, die bewirken, dass Menschen ein tunnelähnliches Erlebnis mit einem Licht im Zentrum haben. Diese Theorie übersieht das Wichtigste: In einer NTE denken die Menschen nicht an den St. Gotthard-Tunnel. Sie sind vielmehr überzeugt, sich auf dem Weg in eine andere Wirklichkeit zu befinden. NTE sind spätestens ab dem Punkt, an dem die Tunnelerfahrung beginnt, Jenseiterfahrungen bzw.

Transzendenzerfahrungen. Alles, was danach kommt, wird so erlebt, als spiele es sich in einer anderen Wirklichkeit ab.

Was macht NTE zu einem Transzendenzerleben?

Dass man sich in eine andere Welt versetzt fühlt, hat zunächst natürlich mit dem Eindruck zu tun, **man verlasse seinen Körper**. „Es war ein Gefühl, als würde die Substanz von mir aus mir raus gezogen, nicht in dem Sinne, dass die Hülle zurück bleibt und die Seele raus geht. Dieser Vorstellung entsprach es nicht. Vielmehr alles, was ich bin, was wesentlich ist an mir, das wurde raus gezogen...“

Den Menschen kommt es vor, als würden sie **von einer fernen Macht** angezogen – „wie von einem Magneten“ heißt es oft. Diese Anziehungskraft, von der in den Berichten häufig die

Rede ist, kann sich in einer Art Vorfriede bemerkbar machen, wie z.B. in folgender Äußerung: „Als ich dichter (an das Licht) herankam...., (erfüllte mich) ein herrliches, freudiges Gefühlein Gefühl, das man mit den Worten unserer menschlichen Sprache nicht wiedergeben kann.“(EEV 52).

Als ich eine Betroffene (Fr. Drees) fragte, womit man diese Anziehungskraft vergleichen könne, meinte sie: „Mit sehr wenigem, höchstens umgekehrt mit dem unbedingten Willen sich zu retten, wenn man am Ertrinken ist oder abzustürzen droht. In meinem Fall war es aber ein seliges Streben, noch viel viel mehr, als auf einen geliebten Menschen zuzustreben. Nichts anderes war mir mehr wichtig. Das war das Einzige, was zählte.“

Die Menschen sagen: „Ich wollte nicht zurück ins Leben. Denn das, was dort vor mir lag, war so herrlich ..., dass mich nichts davon abhalten konnte, dorthin zu gelangen.“(EEV31)

Solche Äußerungen setzen offensichtlich die Überzeugung voraus, dass man gerade dabei ist, das irdische Dasein und damit auch seine Familie, Angehörige und Freunde, zu verlassen. Die Menschen meinen, dass sie **sterben** „Ich wusste, ich sterbe jetzt. Schade, dass ich niemanden sagen kann, dass man keine Angst zu haben braucht, dass es einfach nur schön ist, so wie in der Kindheit, wenn man voller Erwartungsfriede ist und weiß: Jetzt gleich kommt etwas ganz Tolles. Es war kein Problem zu denken, die finden mich dann tot im Bett.“ Das Sterben löst keine Angst und kein Bedauern aus, weil es als Übergang in eine absolut verheißungsvolle andere Wirklichkeit empfunden wird.

Das letzte Zitat stammt von einer Frau, die sich nachmittags ein wenig hingelegt hatte und in dieser Ruhephase dieses Erlebnis hatte. An dieser Stelle wird offenkundig, dass man es bei NTE mit **zwei verschiedenen Begriffen des Sterbens** zu tun hat: dem objektiv lebensbedrohlichen Zustand auf der einen Seite im Falle einer lebensbedrohlichen Situation und dem subjektiv empfundenen Eindruck eines Übergangs auf der anderen Seite, der nicht an eine äußere Lebensgefahr gebunden ist. Das ist ein Sterben ganz anderer Art: Eckhardt Wiesenhütter, ein Tübinger Professor für Psychiatrie, der in den 70 er Jahren seine NTE beschrieb, nannte es den „Sog der anderen Seite“. Die Menschen erleben sich voller Vorfriede und voller Erwartungen auf einer Reise in eine andere Wirklichkeit. Sterben erscheint ihnen als ein wunderbarer Übergang, und zwar unabhängig davon, ob sie sich wirklich in einer lebensbedrohlichen Situation befinden oder nicht.

In der Vorfriede und Erwartung, die mit dem Fortschreiten dieser „Jenseitsreise“ immer mehr zunimmt, steckt **ein Vorausahnen**, in dem schon gespürt wird, was das Ziel dieser Reise sein wird. (Frau Herzog): „Es war eine unglaubliche Erwartungsfriede. Ich wusste: Dort werde ich am richtigen Ort sein. Da bin ich daheim angekommen.“

Diese Vorahnung findet ihre Bestätigung in Äußerungen von Menschen, die nicht nur dem Licht entgegen eilten, sondern tatsächlich „im Licht“ waren. „Ich war vollständig im goldenen Licht, ohne ein Gefühl, von ihm abgetrennt zu sein. Ich dachte an nichts und niemanden, ich brauchte dort absolut nichts. Es war eine solch mächtige Liebe.... Ich spürte Liebe, Mitgefühl, Verständnis, Wissen. Dort ist mein wahres Zuhause, und hier ist mein irdisches Zuhause, dachte ich.“ (R II,51)

Der Gedanken, in dieser anderen Wirklichkeit das wahre Zuhause zu haben, findet sich in Berichten von Nahtod-Erfahrenen in Australien genauso wie in den USA oder bei uns. Es sind Schilderungen, die unabhängig voneinander entstanden sind und oft von Menschen stammen, die nie zuvor etwas von NTE gehört oder gelesen hatten.

Sie zeigen, dass sich diese Erfahrungen auf der Ebene des Sinnerlebens abspielen. Die Menschen bemerken, dass sich auf einmal tiefste Sehnsüchte und Wünsche erfüllen, während sie sich dem Licht nähern oder in die Welt des Lichtes eintreten. Indem sie ihre wahre Zugehörigkeit entdecken, finden sie sich in einem Maße im Einklang mit sich selbst, wie sie es zuvor nicht kannten.

Es wird deutlich, dass die Transzendenz, die in einer NTE erfahren wird, nicht ein inhaltlich beliebig ausfüllbares Jenseits meint. Wesentlich ist, dass diese Wirklichkeit von Menschen als eine letzte Erfüllung ihrer tiefsten Sehnsucht erfahren wird, als definitive und nicht überbietbare Antwort auf die Frage nach dem Woher und dem Wohin. „Das Licht blieb zurück, wartend, wie die unendliche Güte und Erfüllung und das Ziel von allem überhaupt.“ Diese Berichte sind anthropologisch bedeutsam, weil sich in ihnen eine Möglichkeit der Erfüllung und Ganzheit auftut, die der Alltagserfahrung unzugänglich ist. Ich glaube nicht, dass man ein solches Erleben auf die Wirkung von Glückshormonen zurück führen kann. Der rauschähnlichen Zustand, den ein Überschwemmtwerden mit Beta-Endorphinen herbeiführen kann, bezieht sich auf körperliche Prozesse. Die umfassende Befriedigung und der tiefe Friede der Menschen während einer NTE stammen aus dem Erleben einer absoluten Sinnerfüllung.

Die NTE endet in der Regel nicht abrupt. Irgendwann stoßen die Menschen an eine Grenze, an der ihr Weg ins Jenseits endet und sie die Rückkehr antreten müssen.

Häufig sind es verstorbene Angehörigen, die die Person zurückschicken. So folgt auf die Begrüßung bald der Hinweis, man müsse zurückkehren. Über diese Mitteilung sind die Personen sehr betrübt. Die Trauer darüber, nicht bleiben zu können bzw. die Heftigkeit, mit der sie sich gegen die Rückkehr wehren, ist das Gegenstück zu dem unbedingten Wunsch, in diese andere Welt zu gelangen.

Eine Frau aus Speyer erzählte mir, als sie erfahren habe, dass sie zurück müsse, habe sie „fürchterlich geweint, gefleht, gebettelt und geschrien. Dann habe ich mir überlegt, was ich denn versprechen könnte und – weil mir nichts anderes einfiel – gerufen: „Ich will auch nie wieder Tiere quälen! Nie wieder! Bitte, bitte!

.....Das kam so verzweifelt aus dem Bauch heraus. Ich glaube ich habe noch nie so eine tiefe Verzweiflung erlebt. ..Dann dachte ich noch, dieses Versprechen genügt nicht. Ich habe mir überlegt, was ich denn noch versprechen könnte. Mir ist aber nichts mehr eingefallen.

Es war für mich ein negatives Erlebnis, als ich in den Körper zurück musste. Ich wurde in den Körper, der mir viel zu klein vorkam, richtig hineingefahren... Ich habe mich dagegen gewehrt. Ich habe nach allen Richtungen geboxt. ...Ich habe also mit den geistigen Händen immer gegen den Körper geboxt. Ich kam mir vor wie in einer Gummizelle, aus der ich raus wollte.

Das habe ich als negativ in Erinnerung, und überhaupt dass ich zurück musste, war für mich ein ganz schlimmes Erlebnis.“

Ich erwähne dieses Beispiel, weil es noch einmal ein Licht auf die unvergleichliche Attraktivität wirft, die die andere Welt im Erleben Nahtod-Erfahrener hat. Wenn man die Stärke dieser Emotionen und der Bindung an die transzendente Wirklichkeit nicht versteht, die ein solches Erlebnis stiftet, kann man weder die NTE selbst noch ihre Nachwirkungen verstehen.

Diese erschöpfen sich nicht in einer verminderten Angst vor dem Tod.

Die starke Sehnsucht nach der anderen Welt, die man kennen gelernt hat, äußert sich manchmal in einer Art Todessehnsucht. Der erwähnte Professor für Psychiatrie Eckardt Wiesenhütter registrierte nach seiner NTE eine solche „Todessehnsucht“ auch bei sich selber. Damit, so schreibt er, sei nicht „ein ständiges bewusstes Denken an das Sterben gemeint, sondern eine Verankerung im unterbewusst-gefühlshaften Bereich, aus dem jene Sehnsucht immer wieder auftaucht...“ Das habe, meint er, „nichts mit Depression oder gar mit Selbstmordideen zu tun.“ (19). Er versteht sie vielmehr im Anschluss an eine Formulierung des evangelischen Theologen Paul Tillich in einem mystischen Sinn als „Drang zur Wiedervereinigung des Getrennten“. (19)

Ring meint, da Menschen mit NTE wüssten, dass es der Tod ist, der den Kontakt „mit einer alles liebenden Gotteskraft“ herstelle, ergebe sich für sie quasi die Gleichung: Tod=Gott=Liebe.

Die Nachwirkungsforschung

NTE sind ungeachtet der Frage ihrer Erklärbarkeit eine Realität des Erlebens. Das wird auch durch die Untersuchungen klar, die sich auf ihre Nach- und Auswirkungen beziehen. In diesen u.a. in den USA, Großbritannien, Australien, den Niederlanden und auch bei uns durchgeführten Studien zeigte sich, dass der Glaube an ein Leben nach dem Tod, der Glaube an eine göttliche Macht, die Überzeugung vom Sinn des eigenen Lebens und das Interesse an Spiritualität in Folge einer NTE signifikant zu nimmt.

Gleichzeitig verändern sich Wertprioritäten. Es kommt zu einer positiven Entwicklung sozialer Einstellungen, während das Streben nach Prestige und materiellen Dingen eine Minderung erfährt. Eine Frau, die als Bankangestellte arbeitete, schilderte mir folgende Veränderung, die sie bei sich feststellte: „Vor diesem Ereignis habe ich ja die Schiene gefahren: Zweigstellenleiterin zu werden. Ich hätte eine Filiale übernehmen können. Das hätte ich danach auch noch machen können. Aber es war mir nicht mehr wichtig.“

Auf die Frage, ob ihr etwas anderes wichtig geworden sei, meinte sie:

„Wenn Sie gehen, nehmen Sie nichts mit. Dieses ganz tolle Haus, das wir hingestellt haben, das mit Liebe eingerichtet ist – Ich habe keinen Gedanken daran verschwendet.

Eine Beziehung, die funktioniert; Streit, der angenehm gelöst wird, sind wichtiger.“ Sie drückt damit etwas aus, was man in diesem Zusammenhang häufig zu hören bekommt, dass die Erfahrung das Bewusstsein für den Wert guter Beziehungen gestärkt hat.

Am aussagekräftigsten ist meiner Meinung nach die Untersuchung des holländischen Kardiologen Pim van Lommel. Hierbei handelt es sich um eine Studie an 344 Patienten, die alle klinisch tot waren und reanimiert worden waren (2001). Von ihnen berichteten 18 % über eine NTE .

Sie wurden 2 Jahre nach ihrer Genesung erneut befragt. Parallel dazu wurde eine Kontrollgruppe von Patienten interviewt, die auf Grund eines Herzstillstandes ebenfalls klinisch tot gewesen waren, aber keine Nahtoderfahrung hatten.

In der NTE-Gruppe hatte im Vergleich mit der Kontroll-Gruppe die Angst vor dem Tod abgenommen, die Überzeugung an ein Weiterleben nach dem Tod sowie das Interesse an Spiritualität war gewachsen. Ebenso hatte die Bereitschaft zu liebevollem Verhalten, die Empathiefähigkeit und die Akzeptanz anderer Menschen zugenommen.

Je tiefer die NTE war, also je näher jemand dem Licht kam, desto ausgeprägter waren diese Veränderungen. Das ist ein klarer Hinweis darauf, dass es speziell der transzendente Aspekt der Erfahrung ist, der tiefgreifende Veränderungen nach sich zieht. In einer weiteren Befragung nach 8 Jahren hatte das Interesse der Nahtod-Erfahrenen an Spiritualität weiter zugenommen, während es in der Kontrollgruppe sogar abgenommen hatte.

Die Ergebnisse der Nachwirkungsforschung unterstreichen m.E., dass es sich bei NTE um prägende, spirituelle Erlebnisse handelt. Das spürt man auch im Gespräch mit Betroffenen. Sie sagen, dass die Liebe, die sie im Licht erfahren haben, in ihnen nachwirke und auf ihr Verhältnis zu anderen ausstrahle.

Christine Stein, eine junge Frau, die vor kurzem ein Buch über ihre NTE veröffentlicht hat, bringt dies in einem Gedicht zur Sprache, das sie ihren Freunden gewidmet hat:

„Ich habe jetzt noch mehr Wärme und Energie bekommen, da ich der Sonne schon so nahe sein durfte. Auch für jeden von euch habe ich mir ein Stückchen Wärme mitgenommen...“101

Diese in vieler Hinsicht positiven Auswirkungen bergen jedoch auch ein erhebliches Konfliktpotenzial in sich. Nahtod-Erfahrene sind Wanderer zwischen zwei Welten. Zu den innerpsychischen Problemen der Betroffenen zählen anhaltende Verstimmungen und die

Schwierigkeit, die Rückkehr ins Leben zu akzeptieren. Die erste Zeit nach einer tiefen NTE ist oft eine Zeit der Verwirrung und Konfusion. Es fällt den Menschen schwer, die Veränderungen zu verstehen, die sie bei sich feststellen.

Sie stehen vor der Aufgabe, ihre bisherigen Glaubensüberzeugungen, Werthaltungen und ihren Lebensstil in Übereinstimmung mit ihrer NTE zu bringen. Von diesen Veränderungen ist auch die Familie betroffen. Veränderte Einstellungen und Verhaltensweisen können von Angehörigen und Freunden nicht immer nachvollzogen werden. Man kann die Familienprozesse durchaus mit der Situation von Klienten vergleichen, deren Entwicklung auf Grund einer (Einzel-)Therapie eine neue Richtung und Dynamik gewinnt, die vom Rest der Familie nicht nachvollzogen werden kann. Scheidungen kommen häufiger vor als im Bevölkerungsdurchschnitt.

Die Nachwirkungsstudien zeigen das Potenzial, das in den Erfahrungen steckt. Ring spricht deshalb auch von „Keimerfahrungen“. Dieses Potenzial entfaltet sich jedoch nicht automatisch. Es bedarf vielmehr einer aktiven Aneignung, d.h. eines Lern- und Integrationsprozesses. Diese Schlussfolgerung kann man aus einer Studie der australische Soziologin Cherie Sutherland ziehen, in die 50 Nahtod-Erfahrene einbezogen waren. Der Integrationsprozess kann ihren Untersuchungen zu Folge sehr rasch verlaufen, oder - je nach den Umständen - blockiert sein bzw. diskontinuierlich mit großen zeitlichen Verzögerungen stattfinden.

Sie analysiert, welche Faktoren den Verlauf dieses Prozesses bestimmen. Sie findet – wie später van Lommel in seiner niederländischen Studie – Belege dafür, dass die „Tiefe“ der Erfahrung eine Rolle spielen kann. Sie traf Nahtod-Erfahrene, die generell die Bedeutsamkeit ihrer Erfahrung in Frage stellten. Solche Äußerungen gingen mit niedrigen Werten auf der Skala von Ring einher. Ein anderer Faktor, der die Integration der Erfahrung verhindert oder verzögert, waren beispielsweise Situationen einer besonders starken beruflichen oder familiären Beanspruchung, die dazu führte, dass für die Beschäftigung mit dem Erlebnis keine Kraft und keine Zeit blieb. Sutherland weist darauf hin, dass der Integration nicht nur psychische Prozesse zugrunde liegen, sondern dass vor allem auch soziale Interaktionen bedeutsam sind. Die Erfahrung könne dann besser und schneller ihre positive Wirkung entfalten, wenn die Betroffenen bei den Personen, denen sie sich mitteilen, auf Verständnis und Akzeptanz stießen. Das sei allerdings nur selten der Fall. In westlichen Gesellschaften trafen die Menschen häufig auf eine Ablehnung und ein Unverständnis, das aus dem Verdrängen von allem, was mit dem Tod zu tun hat und einem Nichtakzeptieren mystischer Erfahrungen herrühre. Das erschwere einen konstruktiven Umgang mit der Erfahrung. Positiv wirkten sich andererseits Informationen aus Büchern, Zeitschriften usw. aus, die es ermöglichen, die eigene NTE in einen größeren Kontext einzuordnen. Als wertvoll stuft sie auch Zusammenschlüsse, also Gruppen ein, in denen sich Menschen mit NTE treffen.

NTE und Theologie

Ich möchte abschließend noch etwas zur theologischen Auseinandersetzung mit NTE sagen. Theologen in Deutschland haben NTE bislang vor allem unter dem **Aspekt der Sterbeerfahrung** wahrgenommen. Nach dem evangelischen Theologen Johann Chr. Hampe können NTE zwar keine Gewissheit über ein zukünftiges Weiterleben liefern, wohl aber den Schritt vom Wissen zum Glauben ein wenig weiter hinausverlegen, indem sie eine Ahnung von dem vermitteln, was nach dem Tod geschieht. Hans Küng dagegen hat in seinem Buch ‚Ewiges Leben‘ die theologische Relevanz der Erlebnisse mit dem Argument bestritten, dass die Betroffenen noch nicht tot gewesen seien, ihre Erfahrungen daher auch nichts über ein Leben nach dem Tod aussagten. Ähnlich hat sich vor kurzem Klaus Berger geäußert. *Er schreibt 2004 in seinem Jesus-Buch: „Nahtoderfahrungen, schreibt er, sind fragwürdig, weil es gar nicht feststeht, ob es sich wirklich um Todeserfahrungen handelt und nicht nur um Wahrnehmungen ‚noch im Leib‘ (S.596).*

Diese Argumente setzen sich in unterschiedlicher - bejahender bzw. verneinender - Weise mit der Vorstellung auseinander, NTE bildeten ab, was im Sterben geschieht. Die auf den Beinahe-Tod fixierte Sichtweise muss jedoch um die Erkenntnis erweitert werden, dass sich die gleichen Erlebnisse im Alltagskontext spontan einstellen können. Die Todesnähe ist nicht das Wesentliche an den Erfahrungen. Gerade die Auswirkungen, die NTE auf das Verhältnis zu Gott, auf die Spiritualität und auf die Einstellung zu den Mitmenschen haben, verweisen auf ihren Charakter als *Transzendenzenerfahrungen*.

Darauf haben britische und amerikanische Theologen – Judith Cressy, Linda und Paul Badham, Mark Fox – aber auch andere Wissenschaftler bei uns – G.Ewald, H. Brackert – in den letzten Jahren hingewiesen, indem sie die Nähe von NTE zu mystischen Erfahrungen thematisierten. Die Theologie muss daher Stellung beziehen zu NTE als spontan sich ereignenden Transzendenzenerfahrungen bzw. mystischen Erfahrungen, die weitreichende Veränderungen in den sozialen und spirituellen Einstellungen einer Person nach sich ziehen können.

Noch aus einem anderen, *seelsorgerlichen Grund* sind NTE ein Thema, das einer theologischen Positionsbestimmung harret.

Die Studien von Ring in den USA, Sutherland in Australien und van Lommel in den Niederlanden deuten darauf hin, dass sich Menschen nach einer NTE eher spirituell als institutionell-religiös orientieren. Das sagt natürlich nichts über den Einzelfall aus, beschreibt aber eine Tendenz. In der Studie Sutherlands sank die Wertschätzung organisierter Religion im Vergleich zur Situation vor dem Nahtod-Erlebnis. Das Gleiche gilt für die Beteiligung an kirchlichen Aktivitäten. Einen starken Anstieg verzeichnete die Untersuchung dagegen, wenn es um das persönliche Gebet ging, um Meditation, die Suche nach spirituellen Werten und das Gefühl, von einer höheren Macht geleitet zu werden. Zu ähnlichen Ergebnissen kamen Ring und van Lommel. Es muss zu denken geben, wenn sich Menschen in einer Situation eines spirituellen Aufbruchs den Kirchen entfremden. Dafür gibt es sicher vielfältige Gründe.

In manchen Äußerungen wird eine Diskrepanz zwischen dem neu gefundenen Zugang zur Transzendenz und kirchlicher Frömmigkeit konstatiert wie etwa in dem folgenden Zitat: „Leider fühle ich mich in der Kirche nicht mehr zu Hause, obwohl ich Kirchen liebe, es sind für mich heilige Orte. Aber die Gottesdienste, die dort gehalten werden, berühren eigentlich mein Herz nicht mehr und genau das ist es, was ich suche, wenn ich zum Gottesdienst gehe. Ich möchte berührt werden und nicht zugeschüttet werden mit Worten und Liedern.“ (Sabine Mehne, AT 149)

Zu einer gewissen Entfremdung von der Kirche können auch die Erfahrungen beitragen, die Menschen machen, wenn sie sich an Pfarrer in der Hoffnung wenden, Hilfe und Orientierung zu erhalten, um ihr Erlebnis besser verstehen und einordnen zu können. An dem, was über solche Gespräche berichtet wird, kann man meist ein Bemühen der Seelsorger ablesen, dem außergewöhnlichen Erleben gerecht zu werden, aber häufig werden auch Äußerungen zitiert, die auf eine gewisse Ratlosigkeit, auf Unverständnis und manchmal auch auf Ablehnung schließen lassen.

Dazu zwei Zitate:

– „Der Pfarrer ging nicht darauf ein. Er konnte mir keine Antwort geben. Er verhielt sich neutral und ließ mich einfach stehen.“

Oder: „Mein Pfarrer tat sich schwer mit mir und ich mit ihm. Das war eine riesige Enttäuschung.“

Solche Äußerungen zeigen, dass es ein Problem des seelsorgerlichen Umgangs mit NTE gibt, das sich nicht auf individuelles Unvermögen zurückführen lässt, sondern seinen Grund darin hat, dass eine theologische Positionsbestimmung bisher ausblieb. Mit dieser Anfrage an einen noch ausstehenden theologischen Diskurs beende ich meinen Vortrag.