

12. Sonntag im Jahreskreis A: Über Nahtoderfahrungen

Mt 10, 26-33

Ich möchte noch einmal vier Sätze aus dem Evangelium herausgreifen: „Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können. Bei euch aber sind sogar die Haare auf dem Kopf alle gezählt. Fürchtet euch also nicht! Ihr seid mehr wert als viele Spatzen. Wer sich nun vor den Menschen zu mir bekennt, zu dem werde auch ich mich vor meinem Vater im Himmel bekennen.“

Wir haben Angst vor Menschen, die unserem Körper Gewalt antun. Wie kann ein Mensch davor nicht Angst haben? Vor körperlichen Schmerzen, vor Gewalt, die den Körper auf Dauer schädigt? Eine zweite Frage schließt sich an:

Kann man Leib und Seele so voneinander trennen? Berichte über Nahtoderfahrungen legen das nahe. Ein Mensch erlebt meistens Nahtoderfahrungen, wenn er einige Minuten klinisch tot ist, d.h. sein Herz nicht mehr schlägt und die Atmung ausgesetzt ist. Die heutige Medizin schafft es immer wieder, durch Elektroschocks und Spritzen Menschen im klinischen Tod wieder zu beleben. Deswegen haben auch heute viel mehr Menschen als früher Nahtoderfahrungen.

Was erlebt man bei Nahtoderfahrungen?

Alle Berichte über Nahtoderfahrungen zeigen ein gemeinsames Schema. Die jeweilige Ausgestaltung ist unterschiedlich. Aber die Elemente des gemeinsamen Schemas tauchen bei allen auf, unabhängig von der Kultur, unabhängig davon, ob jemand Christ, Buddhist, Atheist oder Muslime ist. Das ist für mich ein Hinweis dafür, dass wir bei Nahtoderfahrungen wirklich zu dem vordringen, was uns Menschen alle angeht: eine Wahrheit, die für alle Menschen gilt. Dieses gemeinsame Schema ist nicht ein Produkt unserer kulturellen Prägung, nicht ein Produkt unserer eigenen Vorstellungen.

Das erste Element ist das Gefühl, tot zu sein, die Erfahrung von Frieden und Schmerzfreiheit und das Erlebnis der Außerkörperlichkeit. Sabine Uhlig erlebte bei der Kaiserschnittgeburt ihrer Tochter, wie sie ihren Körper verließ, und berichtete von ihrer außerkörperlichen Erfahrung, dass sie an der Decke mit ihrem Bewusstsein schwebte: Sie sah zu, wie die Ärzte hektisch versuchten, ihren Körper wiederzubeleben. „Während der OP konnte ich ins Nebenzimmer schweben und sehen, wie die Schwestern meine neugeborene Tochter badeten. Dann dachte ich an meinen damals neunjährigen Sohn, der mit seinem Chor auf Sylt war. Ich konnte beobachten, wie er zu Mittag aß, und ich spürte irgendwie, dass er mich noch braucht.“ⁱ Später befragte Frau Uhlig die Krankenschwestern, fuhr sogar selbst nach Sylt, um sich das Hotel anzuschauen, in dem ihr Sohn gewesen war - alles war genauso, wie sie es im Todeskampf gesehen hatte!

Dieses Beispiel zeigt etwas sehr Wichtiges! Viele kritische Wissenschaftler behaupten, dass die Nahtoderfahrungen gewissermaßen Halluzinationen sind, die durch zu wenig Sauerstoff im Gehirn oder extrem hoher Ausschüttung von Adrenalin entstehen. Aber dieses Beispiel legt den Schluss nahe, dass sich wirklich der Geist, das Bewusstsein, die Seele vom Körper getrennt hat und auch den Sohn im Hotel in Sylt wahrgenommen hat. Denn aus den vorangegangenen Erfahrungen und Erlebnissen ihres Lebens hätte sie sich nicht in ihrem Geist dieses Hotel in einer Quasi-Halluzination vorstellen können.

Die Seele bzw. der Geist trennt sich vom Körper

„Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können“ - Die Seele, der Geist, das Bewusstsein eines Menschen, das zeigen die Nahtoderfahrungen, geht über den Körper des Menschen hinaus. Unser Bewusstsein ist nicht nur ein Effekt von Gehirnströmen. Unser Bewusstsein ist eindeutig mehr. Und kein Mensch kann unsere Seele, unseren Geist bzw. unser Bewusstsein zerstören. Fürchtet euch also nicht! - wir haben aber Furcht vor Körperschmerzen. Und wir haben Angst vor dem Tod. Menschen, die eine Nahtoderfahrung erlebt haben, verändern ihre Einstellung zu Körperschmerzen und zum Tod:

"Ich habe jetzt keine Angst mehr vor dem Tod. Ich kann Ihnen aus persönlicher Erfahrung versichern, dass der Schmerz endet, auch wenn er noch so schlimm wird und Sie finden sich außerhalb Ihres Körpers wieder, in einer anderen Dimension, noch sehr lebendig, aber ohne jeden Schmerz."ⁱⁱ Und gleichzeitig finde ich es trotzdem sehr tröstlich, dass Jesus im Garten Getsemani große Angst vor Schmerzen und Tod erlebte. Für mich heißt das: Ich darf Ängste davor haben und darf mir gleichzeitig sagen: Fürchte dich nicht!

Auf diese Trennung folgt das sogenannte Tunnelerlebnis: der Tunnel ist der Übergang in die geistige Welt. Manche berichten davon, durch eine Dunkelheit oder Leere hindurch gegangen zu sein. Häufig kommt es dabei zu einer Begegnung mit schon verstorbenen Angehörigen.

Bedingungslose Liebe und Lebensrückschau

Nach dem Tunnel trifft man auf ein unbeschreibliches Licht. Das Licht wird als reine, bedingungslose Liebe erfahren. Christen deuten diese Erfahrung als Begegnung mit Jesus Christus oder mit dem Heiligen Geist, Buddhisten deuten dieses Licht als Buddha. Die Deutungen sind unterschiedlich. Aber auch der Atheist erlebt dieses Licht als bedingungslose Liebe: „Bei euch aber sind sogar die Haare auf dem Kopf alle gezählt. Ihr seid mehr wert als viele Spatzen.“

Mit dieser Erfahrung des Angenommenseins schaut der Mensch auf sein Leben zurück: Bei der Lebensrückschau erleben wir viele Situationen unseres Lebens noch einmal. Dabei werden wir mit den Folgen unserer Gedanken, Worte und Taten konfrontiert. Ein Betroffener schildert, dass er sein ganzes Leben bis hin zur Gegenwart in einer Art dreidimensionalem Panoramarückblick gezeigt wurde. Er nahm nicht nur sein ganzes Leben von seinem eigenen Blickwinkel wahr, sondern nun wusste er auch um die Wirkungen seiner Taten und Worte. „Während des Rückblicks wurde die ganze Zeit auf die Wichtigkeit der Liebe hingewiesen.“ⁱⁱⁱ Wie sagte Jesus heute im Evangelium? „Wer sich nun vor den Menschen zu mir bekennt, zu dem werde auch ich mich vor meinem Vater im Himmel bekennen. Wer mich aber vor den Menschen verleugnet, den werde auch ich vor meinem Vater im Himmel verleugnen.“ Wir bekennen uns aber am deutlichsten zu Gott durch die Nächstenliebe! Von den Berichten der Nahtoderfahrungen her können wir vermuten, dass das Gericht nach dem Lebensende nicht darin besteht, dass ein Richter uns sagt, was wir in unserem Leben richtig und falsch gemacht haben. Sondern dass wir in einer Lebensrückschau völlig uneingeschränkt und unverzerrt unser Leben vor Augen sehen und auch die Wirkungen unseres Lebens auf unsere Mitmenschen, auf die Natur usw. wahrnehmen. Dieses Wahrnehmen wird ein reinigendes, reuiges, heilendes und erlösendes Wahrnehmen sein.

Ich finde es bemerkenswert, dass man in einer Nahtoderfahrung zuerst das Licht erfährt und dann den Lebensrückblick. Zuerst fühlt man sich bedingungslos geliebt und mit dieser Erfahrung kann man seine Fehler im Leben wahrnehmen. Erst umarmt der Vater den zurückkehrenden Sohn!

Zuletzt noch eine Bemerkung: Menschen, die eine Nahtoderfahrung erlebt haben, brauchen ca. sieben Jahre lang, um diese Erfahrung zu verarbeiten. Diese Erfahrung prägt sie sehr stark und macht die meisten zu zufriedenen, gelassenen und gläubigen Menschen, die zu mehr Nächstenliebe fähig sind.

Denn sie haben erfahren: Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können. Bei euch aber sind sogar die Haare auf dem Kopf alle gezählt. Fürchtet euch also nicht! Ihr seid mehr wert als viele Spatzen. Wer sich nun vor den Menschen zu mir bekennt, zu dem werde auch ich mich vor meinem Vater im Himmel bekennen.

Michael Pflaum

ⁱ Bernard Jakoby: Die Brücke zum Licht. Nahtoderfahrung als Hoffnung, 2002. Seite 39.

ⁱⁱ Bernard Jakoby: Die Brücke zum Licht. Nahtoderfahrung als Hoffnung, 2002. Seite 37.

ⁱⁱⁱ Bernard Jakoby: Die Brücke zum Licht. Nahtoderfahrung als Hoffnung, 2002. S.55