

Franz Alt

Nahtoderfahrungen

Was sie uns über das Leben verraten



FREIBURG · BASEL · WIEN

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2026
Hermann-Herder-Straße 4, 79104 Freiburg

Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich an
produktsicherheit@herder.de

Umschlaggestaltung und -motiv: Verlag Herder

Satz: Zerosoft, Timisoara
Herstellung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany

ISBN Print 978-3-451-03769-6
ISBN E-Book (EPUB) 978-3-451-84265-8

*Der Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross und
der weltweiten Hospizbewegung gewidmet*

Inhalt

I. Was lehren uns heute die Nahtoderfahrenen?..	9
1. Der Tod: Freund oder Feind?	9
2. Ist die Liebe tatsächlich stärker als der Tod?	18
3. Was ist eine Nahtoderfahrung?	22
4. Was geschieht nach dem Tod?	24
5. Was sind die Sinnfragen des Lebens?	30
6. Die Wirklichkeit des Himmels	32
7. Steht die Welt vor einem Bewusstseinswandel?	34
 II. Ewiges Leben oder langes Leben?	 45
1. Ist der Tod die große Erlösung?	45
2. Erst Ideen, dann Taten: Perlen der Hoffnung.	55
3. Putin und Xi träumen vom ewigen Leben	56
4. Hatte Paulus eine Nahtoderfahrung?	62
5. Hatte auch Jesus eine Nahtoderfahrung?	63
6. Die Auferstehung Jesu ist kein historisches Ereignis ..	64
 III. Die Vermessung der Ewigkeit	 71
1. Die ersten Jahre: Auf- und Umbau des Gehirns.	71
2. Pubertät: Der große Umbau des Gehirns.	72
3. Höhepunkt der Hirnentwicklung mit 32 Jahren	72
4. Umorganisation der Gehirnnetzwerke im Alter	73
5. Der Todestag kann zu einem Geburtstag werden.	74
6. Der Tod ist kein Ende, sondern eine Wende	88
7. blieb sich Elisabeth Kübler-Ross treu?	94
8. Lernen von Kindern	99
9. Zum Tod hinüberreifen.	110
10. Gibt es gar keinen Tod?	113
11. Vermessung der Ewigkeit.	118

IV. Die neue Sicht des Todes	121
1. Fünf Etappen der Nahtoderfahrung	121
2. Der größte Gamechanger im Leben	123
3. Das Ende ist mein Anfang.	127
4. Wir sterben, um zu leben	132
5. Wird die Menschheit überleben?	134
6. Jesus: Wir werden wiedergeboren	149
7. Der Arzt sagte: „Das ist unmöglich!“	157
8. „Der Tod – mein schönstes Erlebnis“	162
9. „Endlich war ich zu Hause“	167
 V. Was kommt nach dem Tod?	 171
1. Auferstehung der Toten – was sagt die Physik?	171
2. Tod – wo ist dein Stachel?	179
3. Was sagt uns der Totensonntag?	185
4. Franz Beckenbauer und Günter Netzer reden über Nahtoderfahrung.	186
 VI. „Das Wichtigste ist die Liebe“	 191
1. Die globale Superkraft der Optimisten	191
2. Interview mit Sylvia Furmaniak	196
3. Interview mit Christiane Bettina Ahmed	204
4. Interview mit Vinzenz Hensle	207
5. Die Welt ist eine Schule, kein Kampfplatz	214
 Literatur	 217
Danke	223
Abbildungsnachweis	225
Zum Autor	227
Anmerkungen	229

I. Was lehren uns heute die Nahtoderfahrungen?

1. Der Tod: Freund oder Feind?

Schon vor 2500 Jahren fragte der chinesische Philosoph Konfuzius: „Wir verstehen das Leben nicht. Wie sollen wir dann das Wesen des Todes erfassen?“ Und vor etwa 2400 Jahren schrieb Plato in *Des Sokrates Verteidigung*: „Denn niemand weiß, was der Tod ist, nicht einmal, ob er nicht für den Menschen das größte ist unter allen Gütern. Sie fürchten ihn aber, als wüssten sie gewiss, dass er das größte Übel ist.“¹

Plato ist der Vater aller westlichen Berichte über Nahtoderfahrungen. Und Sokrates selbst sagte: „Wie mir scheint, ist jeder Zweifel ausgeschlossen. Es gibt in der Tat ein Werden der Lebenden aus den Toten.“ Sokrates wusste, was der Tod wirklich ist: nicht das Ende, sondern die Rückkehr in unser wahres Zuhause. Diesem Wissen entsprang seine totale Gelassenheit im Angesicht des Todes durch den Giftbecher, den er trinken musste. Die *Süddeutsche Zeitung* aber wusste es am 12. Mai 2024 ganz genau: „Es gibt keinen ‚schönen‘ Tod.“ Woher der Kollege das wohl wusste?

Der Tod ist neben unserer Geburt das wichtigste Ereignis unseres Lebens. Warum? Der Literaturnobelpreisträger Heinrich Böll sagte es so: „Weil wir auf dieser Erde nicht ganz zu Hause sind.“ Schon Plato hat uns Berichte von Menschen hinterlassen, die stark für das Weiterleben nach dem Tod sprechen. Für den herausragenden griechischen Philosophen – er war Schüler von Sokrates und

Lehrer von Aristoteles – war diese Frage die wichtigste überhaupt: Was passiert, wenn wir sterben? Ist ein Leben nach dem Tod nur ein weitverbreiteter Irrglaube, erschaffen von Religionsstiftern und Weisheitslehrern, um das echte Leben erträglich zu machen? Eine banale Vertröstungsphilosophie? Eine Frage – wahrscheinlich so alt wie die Menschheit. Doch heute reden wir nicht nur von Nahtoderfahrung, sondern auch von Nahtodforschung.

Papst Franziskus erinnerte an die Botschaft des wunderbaren jungen Mannes aus Nazareth, der ganz Großes versprochen hatte, dass nämlich der Tod eine Neugeburt in ein neues Leben sei. Kommt also das Beste im Leben erst nach dem Tod? Ist es vielleicht so, wie es Rabindranath Tagore vermutete? „Der Tod löscht nicht das Licht aus, er schaltet die Lampe aus, weil die Morgendämmerung begonnen hat.“

Niemand weiß genau, was nach dem Sterben auf uns wartet. Wir können hoffen, glauben, fürchten, zweifeln oder vertrauen. Niemand hat objektive Beweise. Oder doch? Sind die in diesem Buch beschriebenen und immer zahlreicher werdenden subjektiven Nahtoderfahrungen nicht Beweis genug? Sicher ist nur, dass das Leben lebensgefährlich bleibt. Jeder Lebende ist ein Todeskandidat, jede Lebende eine Todeskandidatin. Die Versöhnung mit dem Tod beginnt, wenn wir uns in der Tiefe als künftig Sterbende akzeptieren lernen.

Wie auch immer – so möge auch beim Schreiben dieses Buchs der Engel der Inspiration mein Begleiter sein.

Das Leben ist kein fertiges Sein, es ist ein ständiges Werden und Wachsen und hoffentlich ein Reifen. Und das macht das Ganze kompliziert. Alle werden älter. Heute, im 88. Lebensjahr, bin ich überzeugt, dass man mit dem Altwerden gar nicht früh genug anfangen kann, schon gar nicht, wenn man mit dem Familiennamen „Alt“ zur Welt gekommen ist.

Dass der Tod auch urplötzlich über eine Schwelle treten und uns global treffen kann, zeigte die Coronakrise in den Jahren

2020 bis 2023. Hunderte Millionen Menschen wurden infiziert, weltweit starben daran etwa sieben Millionen Menschen, davon in Deutschland 190 000. Dieses millionenfache Sterben erfasste die ganze Welt. Die Totenglocken läuteten ohne Unterbrechung. Ähnlich wie bei einem Krieg. Die Ombudsfrau für die ukrainische Armee, Olha Reshetylowa, sagt: „Was man am schwersten bekämpfen kann, ist die Angst vor dem Tod.“

Als Journalist habe ich nach dem Motto zu arbeiten gelernt, dass unsere Fragen wichtiger sind als unsere Antworten. Die zweite wichtige journalistische Regel heißt: Undeutlich reden heißt meist unredlich deuten. Ein guter Journalist zeichnet sich dadurch aus, dass er zunächst die richtigen und wichtigen Fragen stellt. Da ich keine persönlichen Nahtoderfahrungen habe, lebt dieses Buch über Nahtoderfahrungen von Fragen, die ich zu diesen Erfahrungen an Betroffene oder deren Ärzte oder Ärztinnen seit über vierzig Jahren habe – seit ich die wohl prominenteste Sterbeforscherin der Welt, Elisabeth Kübler-Ross, zum ersten Mal getroffen hatte. Sie wurde 1926 in Zürich als Drillingsschwester und Kaufmannstochter geboren und starb 2004.

Für ihre Arbeit mit Sterbenden hat diese Schweizer Ärztin 23 medizinische Ehrendokortitel erhalten und ist damit die wissenschaftlich höchst ausgezeichnete Frau der Welt. Ihr ist auch dieses Buch gewidmet. Durch sie erfuhren Sterbeforschung und Sterbebegleitung einen weltweiten Aufschwung. Ihre 24 Bücher wurden in 44 Sprachen übersetzt und erreichten Millionenauflagen. Das *Time Magazine* zählte sie zu den „100 most important thinkers of the 20th century“. Sie hatte aber auch Einfluss auf die Popkultur. Im Juli 2024 hat Taylor Swift eine Reihe von Apple-Music-Playlists zusammengestellt, die auf dem fünf Trauer-Phasen-Modell von Elisabeth Kübler-Ross basieren.

Nicht zufällig arbeitete Elisabeth Kübler-Ross in einer Zeit, in der die moderne Medizin zu verstehen begann, dass unser Ge-

hirn „nach dem Tod“ längst nicht so schnell aufhört zu arbeiten, wie wir das lange angenommen hatten. Menschen, die sich an dieser Schwelle, an diesem Übergang befinden, berichten von Nahtoderfahrungen. Sie hatten ein freies Schweben erlebt, ein außerkörperliches Bewusstsein, eine starke Lichterfahrung, und sie konnten in einer Art Kurzfilm noch einmal eine Rückschau auf ihr Leben sehen. Menschen mit einer Nahtoderfahrung bezeichnen den Tod nur als eine andere Form der Existenz mit einem erweiterten Bewusstsein, das nicht länger an einen Körper gebunden ist.

Die in diesem Buch beschriebenen vielen Nahtoderfahrungen zeigen, dass es ein hirnunabhängiges Denken gibt.

Also: Wohin geht ein Mensch, wenn er stirbt – wo ist er dann? Am Tag, an dem Sie dieses Buch lesen, sterben in Deutschland todsicher ca. 2500 Menschen. Und dennoch gilt der Tod noch immer als das größte Rätsel aller Rätsel oder als das Problem aller Probleme. Er wird selbst aus der medizinischen Ausbildung nahezu verbannt. Ist der Tod nun unser Feind oder vielleicht doch unser bester Freund? Und der Himmel ist vielleicht doch keine Fata Morgana oder Illusion, sondern Realität? Kann man sich auf den größten Trip unseres Lebens vorbereiten?

Und wie gehen wir mit dem Reisefieber um?

Vielleicht ist der Tod gar nicht unser größtes Problem, sondern nur die Gedanken, die wir uns über ihn machen? Mit Heinrich Heine schrieben mir Freunde: „Die Verstorbene ist jetzt eine Perle im (himmlischen) Meer“ oder „ein Stern am Himmel“. Wenn ich durch Friedhöfe laufe, sehe ich an den meisten Gräbern die Inschrift: Er oder sie „ruhe in Frieden“. Dabei ruht hier niemand – und schon gar nicht in Frieden. Hier verfaulen Körper, in denen einmal menschliche Seelen gewohnt haben. Wo aber ist die menschliche Seele jetzt? Die Ungeheuerlichkeit des Todes ist für uns immer noch so gewaltig und unvorstellbar, dass die meisten Menschen ihre Sterblichkeit verdrängen. Wenn

man stirbt, stirbt man. Schluss, aus, amen! Halleluja? Bei Umfragen sagen etwa 55 Prozent der Deutschen: Nach dem Tod kommt – nichts!

Was aber geschieht mit dem Bewusstsein kurz vor dem Tod? Was denken Sterbende in ihren letzten Momenten? Dazu schreibt der Direktor des Viktor-Frankl-Forschungsinstituts für theoretische Psychologie in Budapest, Professor Alexander Batthyáni: „Viele Menschen erleben kurz vor ihrem Tod eine ungeahnte Bewusstseins- und Geistesklarheit. Auch Demenzkranke, die aufgrund ihrer Erkrankung jahrelang unansprechbar waren, gewinnen bisweilen kurz vor ihrem Tod plötzlich wieder ihr Erinnerungs- und Kommunikationsvermögen wieder.“² Diese Lektüre ist für alle, die sich neben den Nahtodphänomenen für die weiteren Geheimnisse des Lebens und des Todes interessieren, ein Muss. Es bietet eine neue Sicht auf die großen Mysterien der Menschheit.

Eins steht schon immer fest: Der Tod gehört keiner Religion an. Aber der Verlust des Transzendenten hat unsere Gesellschaft in eine tiefe Krise gestürzt: Kriege, schwindelerregende Milliardenausgaben fürs Militär, Ökokatastrophen, Armut selbst in reichen Ländern, zunehmende seelische Krankheiten, steigende Suizidraten, Hunderttausende Abtreibungen aus seelischer Not, Millionen Flüchtlingsströme über den ganzen Erdball. Verlieren wir unseren Wurzelgrund und warum? Sind wir noch zu retten?

Wahrscheinlich hat der iranisch-deutsche Schriftsteller Navid Kermani recht, wenn er schreibt, dass der christliche Westen nicht nichtreligiös sei, aber es fehle ihm die Sprache des Glaubens. Offenbar gilt: Je formal gebildeter, desto weniger brauche der moderne Mensch Religion.

Zugleich aber ist es eine Realität, dass fast jede Nahtoderfahrung auch eine Gotteserfahrung ist und ein deutlicher Hinweis darauf, dass das Bewusstsein den Tod überlebt.

Für sehr viele Menschen ist der Tod immer noch das größte ungelöste Rätsel. Selbst für etliche Ärzte ist der Tod ein Feind,

beobachtete auch Elisabeth Kübler-Ross. Aber sie wollte wissen, ob und wie er zum Freund werden kann. Ihre Antwort: Nicht der Tod ist das Problem, sondern unsere Unwissenheit über ihn und unsere Angst vor ihm. Doch, so lernte und lehrte sie, Nahtoderfahrungen können Licht in das Dunkel der Befürchtungen und Ängste bringen.

Sterben ohne Gott? Wie lässt sich das Wissen um den Tod aushalten, wenn weder ein Jenseits noch ein Gott Trost versprechen? Viele Menschen hat der Verlust des Jenseitsglaubens in eine existenzielle Krise gestürzt. In der Todesanzeige des Schriftstellers Martin Walser standen die Sätze: „Das Jenseits muss schön sein. Sonst kannst du es gleich vergessen.“

Ist es reiner Zufall, dass alle Religionen versprechen: Auf den Tod warten heißt, auf die große Freiheit warten und auf ein unvorstellbares Glück, wie es viele Nahtoderfahrene in diesem Buch beschreiben, weil sie es erfahren haben. Und sie vertrauen ihrer Erfahrung. Meine Lebenserfahrung sagt mir: Ohne ernsthafte Beschäftigung mit dem Tod wird es uns kaum gelingen, Sinn in unserem Leben zu finden.

Sinn im Leben bedeutet Vertrauen und Urvertrauen ins Leben. Vertrauen ist der Goldstandard aller Beziehungen – der privaten, der beruflichen, der wirtschaftlichen, der politischen und der internationalen Beziehungen. Nur mit Vertrauen, sagte mir Michail Gorbatschow bei der Arbeit an unserem gemeinsamen Buch *Kommt endlich zur Vernunft – Nie wieder Krieg!* habe der Kalte Krieg überwunden, der mögliche Atomkrieg verhindert und die friedliche deutsche Wiedervereinigung gelingen können. Zu meinem 70. Geburtstag schrieb er mir einen Satz, der viel über ihn selbst aussagt: „Man sagt Ihnen nach, Sie seien ein unbequemer Mensch, ein Querdenker eben. Ich bin jedoch davon überzeugt, dass es gerade die Unbequemen sind, die unser Leben voranbringen. Wir sind Gleichgesinnte, weil Umwelt, Abrüstung, Menschenrechte und Zukunftsthemen Ihre Hauptthemen sind.“

Wohin geht eine Welle, wenn sie ins Meer zurückkehrt? Wir wissen, dass jede Welle zurückkehrt, heimkehrt, also weiterlebt. Wir wissen freilich nicht, wo und wie sie weiterlebt. Dieses Mysterium bleibt. Alle Nahtoderfahrungen in diesem Buch waren dem Tod zwar nahe, aber sie waren nicht tot. Sonst könnten sie uns nicht berichten. Diese „unglaublichen“ Berichte mehren sich von Jahr zu Jahr, werden auch publiziert und bleiben trotzdem für viele „unglaublich“. Ein Nahtoderfahrener berichtet: „Niemand glaubt diese Dinge, bevor er sie nicht selbst erlebt hat. Danach sind alle echte Gläubige und sie reden über nichts anderes mehr.“³

Endgültige Antworten auf alle Fragen nach dem Tod dürfen Sie auch von diesem Buch nicht erwarten.

Dr. Jean-Jacques Charbonier ist seit dreißig Jahren Anästhesist und Notfallmediziner, Mitglied der Société Française de Réanimation sowie Autor mehrerer Bücher über veränderte Bewusstseinszustände und Nahtoderfahrungen. Durch seine Studien erhielt er im Lauf der Jahre die Gewissheit, dass das Leben mit dem Tod nicht endet, sondern sich in der geistigen Welt in einer anderen Dimension fortsetzt. Dazu schrieb er das Buch *7 Gründe für ein Leben nach dem Tod. Wissenschaftliche Studien eines Mediziners*. In einer verdichteten Zusammenfassung unterschiedlicher Berichte von Nahtoderfahrungen (NTE) eröffnet er sein Buch mit dieser beispielhaften Erfahrung:

„Direkt nach meinem Herzstillstand bin ich aus meinem Körper herausgetreten. Ich befand mich an der Zimmerdecke und habe alles gesehen; ich habe alle Einzelheiten meiner Reanimation mitbekommen. Ich wollte die Leute, die versuchten, mich ins Leben zurückzuholen, anschreien, dass sie mich in Ruhe lassen sollten, dass sie mich gehen lassen sollten, aber sie konnten mich nicht hören. Mir ging es wunderbar und ich verspürte überhaupt nicht den Wunsch, in meinen Körper zurückzukehren. Dann habe ich einen Tunnel durchquert. Ich badete

in einem Licht aus bedingungsloser Liebe und hatte Glücksgefühle von unbeschreiblicher Stärke. Ich habe mein ganzes Leben in allen Einzelheiten noch einmal im Zeitraffer gesehen. Ich bekam die guten und die schlechten Dinge zu spüren, die ich anderen Menschen angetan hatte. Ich begegnete einer Lichtgestalt von unendlicher Güte, die mich fragte, was ich aus meinem Leben gemacht hatte und was ich für andere Menschen getan hatte. Meine verstorbenen Eltern erschienen, um mich zu begrüßen und mir zu sagen, dass ich in meinen Körper zurückkehren müsse, weil ich leider nicht bei ihnen bleiben könne, auch wenn ich mich so sehr danach sehnte. Sie haben mir eine Grenze gezeigt, die ich nicht überschreiten durfte. In dem Mo-



Entschwinden wir nach dem Tod in ein helles und warmes Licht? Der Maler Hieronymus Bosch (um 1450–1516) vermutet es in diesem Bild.

ment, in dem ich in meinen Körper zurückkehrte, fühlte ich alle meine Schmerzen wieder und ich war schrecklich traurig, dass ich dieses wunderbare Licht verlassen musste. Jetzt bin ich sehr glücklich, denn ich weiß, dass es ein Leben nach dem Tod gibt und dass ich eines Tages wieder in diesem Licht der Liebe stehen werde. Ich weiß auch, dass es in der Welt nichts Wichtigeres gibt, als andere Menschen zu lieben und ihnen zu helfen. Diese Erfahrung hat mein Leben grundlegend verändert. Nichts wird jemals wieder so sein, wie es war.“⁴

Es ist heute Stand der Wissenschaft, dass in unserem Gehirn noch eine ganze Menge passiert, auch wenn das Herz nicht mehr schlägt.

Nahtoderfahrung: Viele schildern ein überwältigendes Erlebnis – beispielsweise durch einen Tunnel gezogen zu werden und auf ein strahlendes Licht zuzuschweben.

Das ist also die Summe von mehreren Hundert Berichten über NTE eines renommierten Arztes. Professor Charbonier schätzt, dass weltweit mindestens sechzig Millionen diese „transzendente Erfahrung nach einem Herzstillstand“ gemacht haben, etwa vier Prozent der westlichen Bevölkerung.⁵ Vielleicht ist schon in zehn oder zwanzig Jahren das Überleben des Bewusstseins nach dem Tod eine Selbstverständlichkeit. Dann könnte sich diese Erfahrung wie ein positives Virus auf die Menschheit auswirken und sowohl unsere Liebesfähigkeit stärken wie auch unser Gefühl dafür, dass wir alle eine Menschheitsfamilie sind. Zu den relevanten Entwicklungen unserer Zeit gehört, dass uns das Jenseits auch deshalb näherkommt, weil durch die Reanimationsmöglichkeiten der modernen Medizin seit etwa 1970 das Phänomen der Nahtoderfahrung immer häufiger beobachtet und auch bekannt wird.

Die allgemeine Kenntnis von Nahtoderfahrungen könnte dann ein Reiseführer für unsere „letzte Reise“ auf dieser Erde werden mit heute noch kaum vorstellbaren positiven gesellschaftlichen und politischen Veränderungen in der Zukunft.

Und was ist Liebe? Eigentlich ganz simpel: Willst du geliebt werden, dann öffne einfach deine Arme.

Liebe ist der effektivste Schutz gegen Todesangst. Liebe ist die wahre Währung im Universum. Liebe, das höchste der Gefühle und überzeitlich, ist die stärkste Kraft im Universum. Gegen die Macht der Liebe ist kein Kraut gewachsen.

Charbonier berichtet auch diesen Fall einer letzten Reise: „Ich hatte mein ganzes Leben lang Angst vor dem Tod, weil ich an nichts geglaubt habe. Seit meiner frühen Kindheit habe ich mir vor Angst in die Hose gemacht, wenn ich an den Moment meines eigenen Todes dachte. Ich habe immer geglaubt, dass ich niemals den Mut haben würde, mich ihm zu stellen. Und jetzt, da dieser gefürchtete Moment gekommen ist, habe ich überhaupt keine Angst mehr. Ich habe endlich den Glauben gefunden. Ich kann es kaum erwarten, vor Gott zu stehen.“⁶

Aus Angst vor dem Tod kann durch eine Nahtoderfahrung Lust am Leben und Sterben entstehen. Um das wirklich zu verstehen, muss sich die herkömmliche Wissenschaft allerdings einer offenen Geisteshaltung öffnen. Das heißt: Die Wissenschaft muss offen sein für neue Erkenntnisse und neue Erfahrungen.

2. Ist die Liebe tatsächlich stärker als der Tod?

Der Arzt Charbonier zitiert die letzten Worte vieler sterbender Menschen so: „Ich gehe jetzt. Oh, das ist schön! Das ist wunderbar!“

Oder: „Mein Gott, sie sind alle da, alle meine Vorfahren sind da. Danke!“⁷

Oder aus einem Brief von Françoise B. an den Doktor: „Als ich meine Freundin – eine klar denkende Frau, Psychologin von Beruf, die für die Menschen nichts mehr tun konnte – im Kran-

kenhaus besuchte, drehte sie plötzlich den Kopf nach rechts, um einen unsichtbaren Besucher neben ihrem Bett anzuschauen, den sie Papa nannte. Ihr Vater war aber bereits einige Jahre zuvor verstorben.“⁸

Ganz offenbar akzeptieren erst kurz vor dem Tod viele Menschen eine andere, eine geistige Realität. Erst dabei erkennen sie, dass es keinen Grund gibt, den Tod zu fürchten. Diese Erfahrungen ähneln sich auf der ganzen Welt. Sie haben fast nichts mit Religion oder Konfession oder politischer Überzeugung zu tun. Aber oft wird eine vorhandene Gottesahnung zu einer tatsächlichen Gotteserfahrung. Es zeigt sich, dass auch der Atheismus nur eine Spielart des Glaubens ist. Vielleicht haben ja auch jene Theologen recht, die schon lange vermuten, dass Gott aus der real existierenden Kirche ausgetreten ist.

Marine S. hat Dr. Charbonier diesen Bericht geschickt: „Als meine Mutter starb, sah sie genau in dem Moment, in dem sie ihren letzten Atemzug tat, zur Zimmerdecke hinauf und rief: ‚André!‘ Mein Vater hieß André. Er ist lange vor ihr gestorben. Ich kenne meine Mutter gut genug, um zu wissen, dass die Person, die sie in diesem Augenblick gesehen hat, tatsächlich mein Vater war. Sie hatte in seiner Gegenwart immer einen besonderen Blick in den Augen.“⁹

Charbonier fasst seine Erfahrungen so zusammen: „Das Leben nach dem Tod wird folglich schon sehr bald eine von der Mehrzahl der Menschen akzeptierte Realität sein. Es ist unausweichlich.“¹⁰ Dennoch gilt bis heute, dass bei Nahtoderfahrungen für die Gläubigen kein Beweis erforderlich und für die Skeptiker kein Beweis ausreichend ist.

Nahtoderfahrungen sind keine Nachtoderfahrungen. Und dieses Buch ist kein Ratgeber für den Tod, sondern eher ein Wegweiser für das Leben. Der Tod hat heute im allgemeinen Bewusstsein einen schlechten Ruf. Ob es ein Leben nach dem Tod gibt, mag jeder selbst entscheiden. Sicher ist jedoch, dass

es ein Leben vor dem Tod gibt. Und das kann ein Leben voller Erfüllung, Freude, Frieden und Hoffnung sein.

„Vertrauen, Hoffnung und Liebe“: Das ist die Kernbotschaft des Christentums. Nach den Erkenntnissen Tausender Nahtodererfahrener ist ein gelassener Umgang mit der Endlichkeit unseres Lebens möglich und erreichbar. Also können wir dem Tod angstfrei entgegensehen und uns mit der Frage beschäftigen, was im Leben wirklich wichtig ist. Liegt die Beweispflicht bald bei denen, die nicht an ein Weiterleben nach dem Tod glauben? Nahtodererfahrungen eröffnen uns zumindest ein Fenster ins Jenseits.

Wenn die 63-jährige Johanna Nientiedt einen Menschen beim Sterben begleitet, entstehen natürlich oft Gespräche über die Angst vor dem Tod. Nach ihrer eigenen NTE kann sie sagen: „Mit dem Tod hört nicht alles auf.“ Nientiedt bildet Hospizhelferinnen und -helfer aus. Sie ist auch Mitglied im Vorstand des Netzwerks Nahtoderfahrung und setzt sich dafür ein, das Phänomen bekannter zu machen: „Nach einer Nahtoderfahrung haben viele ein großes Bedürfnis, darüber zu sprechen, stoßen aber oft auf Ablehnung.“

Eine Nahtoderfahrung ist „wie eine Geburt ein Urerlebnis“, schreibt Jörgen Bruhn in seinem Buch *Blicke hinter den Horizont. Nahtoderlebnisse: Deutung – Bedeutung*. Der Autor, der sich seit vier Jahrzehnten intensiv mit Erlebnissen in Todsnähe beschäftigt, meint, durch eine solche Erfahrung könne viel heutige Not, Hoffnungslosigkeit und Sinnlosigkeit gewendet werden. „An die Stelle der Not tritt Hoffnung, Mut und Zuversicht.“

Ich kann mir das gut vorstellen. Das Buch selbst macht Hoffnung. Wenn die Kirchen diese Erfahrungen ernster nehmen würden, wäre das eine Hilfestellung für eine Spiritualität, die zugleich vor unserem Verstand verantwortet werden könnte. Immerhin schreibt die Vorsitzende des Rates der Evangelischen Kirche in Deutschland, Kirsten Fehrs, im Vorwort zu Bruhns

Buch: „Nahtoderfahrungen ernst zu nehmen, sie als Grenzerfahrungen einordnen zu können und ins eigene Leben zu integrieren, kann eine wichtige Hilfe sein – beim Sterben ebenso wie zum Leben.“¹¹

Was sagen uns denn die Gesichter der gerade Verstorbenen? Max Frisch hat diese Frage so beantwortet: „Kein Antlitz in einem Sarg hat mir je gezeigt, dass der eben Verstorbene uns vermisst. Das Gegenteil davon ist überdeutlich.“¹² Um die Toten müssen wir uns keine Sorgen machen. Auch das ist eine zentrale Botschaft vieler, die eine Nahtoderfahrung hatten.

Der Radio- und Fernsehmoderator Jürgen Domian beschreibt das Gesicht seines soeben gestorbenen Vaters so: „Danach entspannte sich sein Gesicht binnen weniger Minuten. Wir erkennen ihn kaum wieder. Als wolle er uns sagen: Nun ist es gut. Nun gibt es kein Leid mehr. Nun ist Frieden.“¹³

Wie wäre es denn mit der Idee, liebe Leserin und lieber Leser, dass der Tod sogar unser Freund sein könnte? Wir kommen noch darauf zurück.

Die heutigen Berichte über Nahtoderfahrungen sind präziser und ausführlicher als die aus dem Altertum. Der Nahtodforscher Professor Werner Stahl beschreibt die Etappen der heutigen Erfahrungen so:

„Ich fühle meinen Tod.“

„Ich bin schmerzfrei.“

„Ich schwebe.“

„Ich bin in einem Tunnel.“

„Ich werde begrüßt.“

„Ich gehe ins Licht.“

„Ich sehe mein ganzes Leben vor mir.“

„Ich bin an der Grenze.“

„Ich bin zurück.“¹⁴

Dabei setzt sich der Autor auch mit kritischen Stimmen aus der Medizin, Neurowissenschaft, Psychologie und Theologie aus-

einander. Er versucht eine Antwort auf die Frage seines an Leukämie erkrankten Sohns: „Papa, wie geht Sterben?“ Als er seinem Sohn von Nahtoderfahrungen erzählte, ließ die Angst des Achtjährigen deutlich nach. Deshalb beschäftigte sich Hans-Werner Stahl intensiv mit den Erkenntnissen der Nahtodforschung.

Es gibt Kulturen wie den Hinduismus oder auch den Buddhismus, die mit dem Tod viel lockerer umgehen als wir im „christlichen Abendland“. Sokrates trank seinen Giftbecher in aller Ruhe und Gelassenheit, und Buddha schaffte es, immer glücklich zu sein. Einige Volksstämme in Indonesien zum Beispiel betrachten den Tod als den Höhepunkt des Lebens und veranstalten dabei ein riesiges Fest. Es wird auch uns leichterfallen, den Tod eines uns nahen Menschen zu ertragen, wenn wir uns mit der Tatsache, dass auch wir sterben müssen, intensiver beschäftigen, statt sie zu verdrängen.

3. Was ist eine Nahtoderfahrung?

Wenn ein Mensch in Todesnähe visionäre Erlebnisse schildert, spricht man von Nahtoderfahrungen (NTE). Verkürzt heißt eine Nahtoderfahrung: Menschen, die beinahe gestorben wären, haben eine Zeit lang ihren Körper verlassen und machen außerkörperliche Erfahrungen. Sie begegnen geliebten Menschen, die schon gestorben sind, und sehen ein Licht, das Güte, Liebe und Weisheit ausstrahlt. Ein Licht, von dem sie sich angezogen fühlen. Und sie hören eine Musik, die schöner ist als alles, was sie je zuvor gehört hatten. Sie sehen in einer Art Kurzfilm, in einer Revue, noch mal ihr ganzes Leben an sich vorbeiziehen.

Wie aber steht es um die Glaubwürdigkeit von Nahtoderfahrungen? Hans-Werner Stahl gibt diese Antwort: Diese Berichte besitzen „eine so hohe Glaubwürdigkeit, dass sie Menschen beim Aufbau einer Vision über Sterben und Tod sehr gut helfen

können ... Nahtodberichte geben glaubhaft Auskunft über ein tatsächliches Geschehen ... Welch ein großartiges Geschenk!“¹⁵ Liebe sei die zentrale Aufgabe unseres Lebens. Die Dichterin Ricarda Huch sagt es so: „Liebe ist das Einzige, was wächst, indem wir es verschwenden.“ Oder Franz von Sales: „Das Maß der Liebe ist die Liebe ohne Maß.“

„Viele Menschen, die aus dieser geistigen Welt zurückkehrten, berichten eindrucklich über ihre tatsächlich erlebten Wahrnehmungen. Die im Nahtodbereich vermittelten Bilder und Abläufe werden auch in der Reinkarnationsforschung bei der Schilderung echter Sterbeprozesse beschrieben. Nahtoderlebnisse erhalten damit eine großartige Unterstützung und Bestätigung! Man kann sich ihnen daher vertrauensvoll annähern. Sie sind tatsächlich glaubwürdig. Die in ihnen liegende Kraft ist zu spüren, wenn man sich ihnen gegenüber öffnet.“¹⁶

Gibt es auch negative Berichte? In der gesamten Nahtodliteratur gäbe es Hinweise darauf, dass Selbstmorde in der geistigen Welt nicht positiv aufgenommen würden, sie brächten keine Lösung, die damit zusammenhängenden Probleme bestünden weiter. Das hat Hans-Werner Stahl, Vorstand im Förderkreis für krebskranke Kinder und Sterbeforscher, recherchiert. Auch Joachim Nicolay, Nahtodforscher und Vorsitzender des Netzwerks Nahtoderfahrung, weist in seiner Studie *Nicht alle Wege führen zum Licht* darauf hin, dass es auch negative Nahtoderfahrungen gibt, belastende NTE gibt. Die Betroffenen erlebten oft Einsamkeit oder lieblose Leere. Einige sprechen auch von einer „höllischen Situation“. Der in Venezuela geborene Verleger Joachim Duderstadt und frühere Inhaber des Santiago-Verlags sagt im Sammelband über Nahtoderfahrungen über negative NTE: „Genannt werden international meist Zahlen zwischen 10 und 20 % der Gesamtanzahl von berichteten Erfahrungen. Zwischen 80 und 90 % aller berichteten NTE wären demnach also positiv erlebt.“¹⁷

