

**„Aussergewöhnliche Erfahrungen“ rund um den Tod - Nahtoderfahrungen,
Sterbebettvisionen und Nachtodkontakte : sind sie wirklich aussergewöhnlich?**

Von Evelyn Elsaesser-Valarino

Beitrag gehalten am Symposium "Transformation des Religiösen" - Universität Tübingen
11.-12. April 2008

Tagungsband im Druck

Die öffentliche Aufmerksamkeit richtet sich mit steigendem Interesse auf die „aussergewöhnlichen Erfahrungen“ rund um den Tod, die so genannten Nahtoderfahrungen, Sterbebettvisionen und Nachtodkontakte. Diese Erfahrungen weisen auf ein unterschwelliges Kontinuum hin, das sich durch diese Phänomene episodisch und flüchtig zu offenbaren scheint. Der Umfang des Beitrages erlaubt mir nicht, alle drei Phänomene zu beschreiben, deshalb habe ich mich entschieden, die zwei weniger bekannten Erfahrungen – Sterbebettvisionen und Nachtodkontakte – kurz darzustellen und die Unterschiede zwischen Nahtoderfahrungen und Sterbebettvisionen zu thematisieren.

Nearing-death awareness

Der Ausdruck „Todesbewusstsein“ (Nearing-death awareness) wurde anfangs der neunziger Jahre von den amerikanischen Krankenschwestern Maggie Callanan und Patricia Kelley geprägt. Der Begriff Todesbewusstsein beschreibt einen spezifischen, wahrscheinlich erweiterten, Bewusstseinszustand, der scheinbar durch die Todesnähe ausgelöst wird. In diesem Bewusstseinszustand verfügen die Sterbenden über eine besondere Erkenntnis bezüglich des Sterbeprozesses welche ihnen erlaubt, diesen Prozess zu verstehen und in bestimmten Grenzen zu beeinflussen. Die Sterbenden geben oft in symbolischer Sprache zu verstehen, dass das Ende nahe ist. Bestimmte zwischenmenschliche Bedürfnisse sind mit dem Sterbeprozess verbunden. Die Sterbebettvisionen, erstmals 1926 von Sir William Barrett¹ vom Royal College of Science von Dublin beschrieben und in den siebziger Jahren ausführlich von Karlis Osis und Erlendur Haraldsson² untersucht, sind eine wichtige Komponente des Todesbewusstseins.

Sterbebettvisionen teilen sich in Visionen von wunderschönen leuchtenden Landschaften oder Objekten und in Erscheinungen von verstorbenen Verwandten und Bekannten oder von mystischen Figuren.

Die Palette der Landschaftsvisionen dehnt sich von prächtigen paradiesischen Landschaften über sublimierte irdische Landschaften bis hin zu schönen aber alltäglichen Landschaften. Die Symbolik dieser Visionen geht aus der Tatsache hervor, dass die Betroffenen oft Visionen beschreiben, die eng mit ihrem Leben verknüpft sind. So sieht ein Architekt beispielsweise majestätische Gebilde während ein Golfspieler einen prachtvollen Golfplatz beschreibt. Die Visionen können einmal oder mehrmals auftreten und sind oft kurz. In 52% der Fälle dauerte die Vision weniger als 5 Minuten, in 23% von 6-15 Minuten, in 9% 16 bis 60 Minuten und in 16% mehr als eine Stunde³. Die Patienten scheinen zwischen der „anderen

¹ Barrett, William F. (1926). Death-Bed Visions. – London: Methuen

² Osis, Karlis, Erlendur Haraldsson (2001). Der Tod - ein neuer Anfang : Visionen und Erfahrungen an der Schwelle des Seins / Mit einer Einf. von Elisabeth Kübler-Ross. 8. Aufl. - Freiburg im Breisgau : Bauer. Originaltitel: At the hour of death

³ Auswertung von Berichten von Ärzten und Krankenschwestern die beschreiben, was sich beim Sterbeprozess von 35'000 Patienten abspielte IN: Osis, Karlis et Haraldsson, Erlendur (1977) Ce qu'ils ont vu... au seuil de la mort. – Paris : France Loisirs, p. 333

Welt“ und unserer materiellen Welt hin und her zu wechseln und wissen nicht immer, wo sie sich befinden, was einen Eindruck der Verwirrung geben kann.

Die Erscheinungen von verstorbenen Bezugspersonen und religiösen oder mystischen Entitäten sind häufig und dem Pflegepersonal gut bekannt. Die Hypothese, dass die Erscheinungen Illusionen sind, die den psychologischen Bedürfnissen der Sterbenden entsprechen werden von den Fällen in Frage gestellt, in welchen Patienten Bezugspersonen sehen, von dessen Ableben sie nicht unterrichtet waren. Die religiösen, spirituellen und mystischen Erscheinungen entsprechen dem Glaubenssystem des Kranken, es kann jedoch argumentiert werden, dass nur die *Benennung* der Erscheinung kulturell bedingt ist, nicht aber dessen Wesen. Kinder sehen proportional häufiger Engel als Erwachsene, erstaunlicherweise grösstenteils ohne Flügel.

Die Erscheinungen treten meistens kurz vor dem Tod auf und ihre Benennung oder Beschreibung sind oft die letzten Worte des Sterbenden.

Der fortgeschrittenen Sterbeprozess erlaubt den Patienten oft nicht mehr zu sprechen, ihr Benehmen lässt jedoch darauf schliessen, dass sie eine Erscheinung sehen, beispielsweise wenn sie die Arme ausstrecken, einen unsichtbaren Besucher anlächeln, winken oder mit Kopfnicken auf eine unhörbare Bemerkung antworten. Wie für die Landschaftsvisionen zweifeln die Patienten nicht an der Wirklichkeit der Erscheinungen. Sie nehmen sie ohne das geringste Erstaunen an und sind unwiderruflich davon überzeugt, dass die verstorbenen Bezugspersonen und mystischen Figuren ihnen erscheinen, um sie an der Schwelle des Todes zu empfangen und in die „andere Welt“ zu führen. Mit erstaunlicher Natürlichkeit erklären sie die Absicht der Erscheinung und sagen beispielsweise „Schau, da ist Hans, er kommt mich abholen“. Die Angst vor dem Tod vergeht sofort, die Rastlosigkeit entschwindet, der Blick erleuchtet, Abgeklärtheit stellt sich ein.

Der Journalist Wallace beschreibt den Tod des amerikanischen Schauspielers Sam Kinison, der bei einem Autounfall schwere Kopfverletzungen erlitt. „Bei Bewusstsein und stark blutend sagte er zu seinem Freund, der ihn in den Armen hielt „Ich will nicht sterben! Ich will nicht sterben!“ Dann hielt er inne als ob er einer Stimme lauschen würde die niemand hören konnte und fragte „Aber warum?“ Er schien mit jemandem zu sprechen, den Blick nach oben gerichtet. Dann sagte er „Ok, ok... ok“. Das dritte „ok“ sprach er ganz sanft und verklärt aus. Wer auch immer die Stimme war die zu ihm sprach schien ihm die richtige Antwort zu geben, denn er entspannte sich. Er sprach dieses Wort mit so viel Sanfttheit aus als ob er mit jemandem spreche, den er liebt. Er verstarb kurz darauf⁴.

Die Erscheinungen sind von verschiedener Dauer und stellen sich oft mehrmals ein. Haraldsson und Osis eruierten folgende Zeitspannen: 1 Sekunde bis 5 Minuten in 48% der Fälle, 6 bis 15 Minuten in 17% der Fälle, 16 bis 60 Minuten in 18% der Fälle, 61 Minuten bis einen Tag in 13% der Fälle und länger in 4% der Fälle⁵. Callanan und Kelley fragten eine Sterbende ob sie zur Zeit ihre verstorbenen Bezugspersonen sehen könne. „Nein“, antwortete sie, „sie sind vor kurzem gegangen. Sie sind nicht immer da, sie kommen und gehen“⁶. Die Patienten sind generell ruhig während den Visionen und scheinen abgeklärter in Begleitung der unsichtbaren Entitäten.

Die Frage der „Authentizität“ der Visionen stellt sich, es sei denn, diese Fragestellung sei zu restriktiv. Die Kernfrage ist, ob Visionen „Wahrnehmungen ohne Objekte“, also Halluzinationen, sind oder aussersinnliche Wahrnehmungen einer Realität, die den fünf

⁴ Wallace, A. (1992, 12 Avril). « Head-on crash kills comedian Sam Kinison. IN : Los Angeles Times, p. 3

⁵ Osis, Karlis et Haraldsson, Erlendur (1977) Ce qu' ils ont vu... au seuil de la mort, p. 321

⁶ Callanan, Maggie et Kelley Patricia (1997) Final gifts : understanding the special awareness, needs, and communications of the dying. - New York, N.Y. : Bantam Books, p. 88

Sinnen nicht zugänglich ist. Es handelt sich also letztlich um eine philosophische Frage, die jedermann selber beantworten muss. Was die Forschung hingegen eindeutig zeigt ist, dass sich Visionen deutlich von Halluzination durch ihre *Bedeutung und Wirkung* differenzieren. Die Erscheinungen scheinen ein Ziel zu verfolgen und beglücken und beruhigen die Kranken, während Halluzinationen bedeutungslos und erschreckend sind. 91% der Sterbebetterscheinungen personifizieren einen Verwandten oder Partner des Patienten⁷, „was im starken Gegensatz steht zu Halluzinationen, die mehrheitlich Unbekannte oder bizarre Geschöpfe inszenieren, wie das bei Geisteskranken festzustellen ist“⁸.

Callanan und Kelley haben in ihr Konzept des Todesbewusstseins ebenfalls das Bedürfnis nach Versöhnung eingeschlossen. Der Sterbende wird sich bewusst, dass er zwischenmenschliche Beziehungen bereinigen muss, die ihn betrüben, quälen oder sich schuldig fühlen lassen.

Die amerikanische Hospizdirektorin Barbara Karnes stellt fest, dass ein friedliches Sterben von drei Faktoren abhängt „Schmerzkontrolle, Intensität der Angst vor dem Tod und Ausmass der ungelösten zwischenmenschlichen Probleme, die den Kranken quälen“⁹.

Bedingungen für einen friedlichen Tod: auf eine geheimnisvolle Weise weiss der Kranke, dass der Tod nahe ist, sogar wenn sein Umfeld, einschließlich der Ärzte, sich dessen nicht bewusst ist. Solange der Kranke nicht über seinen bevorstehenden Tod sprechen kann, fühlt er sich isoliert und reagiert oft mit Irritiertheit und Rastlosigkeit, wenn nicht gar mit Aggressivität. Es ist für alle Beteiligten schwierig, dieses Thema anzuschneiden, aber es zu lassen, erschwert den Sterbeprozess und kann den Hinterbliebenen, bewusst oder unbewusst, irreparable Schuldgefühle bringen. Marie de Hennezel, französische Pionierin der Sterbebegleitung, schreibt „Die letzten Momente im Leben eines geliebten Menschen geben Gelegenheit dazu, ihn so weit wie möglich zu begleiten. Wie viele von uns haben diese Möglichkeit ergriffen? Statt der Realität der Nähe des Todes ins Auge zu schauen, tun wir so, als ob er nicht kommen würde. Wir belügen den geliebten Menschen, wir belügen uns selbst und, anstatt sich das Wesentliche zu sagen, anstatt Worte der Liebe, der Dankbarkeit und der Vergebung auszutauschen, anstatt sich gegenseitig zu stützen um diesen einmaligen Moment, den Moment des Todes des geliebten Menschen, gemeinsam zu erleben, anstatt die Weisheit, den Humor und die Liebe, denen wir Menschen fähig sind um dem Tode gegenüberzutreten, zu vereinen, an Stelle von all dem ist dieser einzigartige und essentielle Moment des Lebens von Stille und Einsamkeit geprägt“¹⁰.

Bewusstsein der Todesnähe: Der Kranke drückt seine Gewissheit um seinen baldigen Tod in symbolischer Sprache aus und benutzt dazu Metapher von Reisen (*ich verreise bald mit dem Zug, dem Flugzeug, dem Schiff und muss meinen Koffer packen, das Ticket bestellen, mich in die Warteschlange stellen, die Zollformalitäten erledigen*) oder spricht vom Umziehen (*morgen ziehe ich ins Ausland, gehe ich nach Hause, usw.*). Die Symbolik ist oft eng mit dem Leben des Kranken verknüpft, so sagt zum Beispiel ein Pilot das Flugzeug sei zum Start bereit. Die Metaphern sind oft sehr subtil und können leicht überhört werden oder irrtümlicherweise als ein verwirrter Zustand gedeutet werden. Man kann sich fragen, warum sich Sterbende so oft in symbolischer Sprache ausdrücken. Elisabeth Kübler-Ross schreibt dazu „Es ist sehr wichtig sich bewusst zu werden, dass sterbende Kinder und Erwachsene

⁷ Mutter (23%), Partner (18%), Kinder (13%), Geschwister (13%), Vater (9%), Verwandte der vorangehenden Generation (4%), Verwandte der nachfolgenden Generation (1%), unidentifizierte Verwandte (7%), Freunde oder Bekannte (9%) IN: Osis et Haraldsson. Ce qu'ils ont vu... au seuil de la mort, p. 323.

⁸ Osis et Haraldsson Ce qu'ils ont vu... au seuil de la mort, p. 58.

⁹ Webb, Marilyn (1997) The Good Death: the New American Search to Reshape the End of Life. – New York; Toronto; London; Sydney; Auckland : Bantam Books, p. 241.

¹⁰ Hennezel, Marie de (1996). La mort intime: ceux qui vont mourir nous apprennent à Paris : Pocket.

sehr schnell merken, ob wir uns in ihrer Gegenwart wohl fühlen oder nicht. Wenn wir das Thema nicht meiden, das sie in symbolischer Sprache andeuten, wechseln sie schnell das Register und sprechen in Klartext, eingebettet im tröstlichen Halt unserer Arme und unserer Anwesenheit“¹¹.

Der Sterbeprozess scheint sehr viel aktiver zu sein als gemeinhin angenommen. Innerhalb einer bestimmten Zeitspanne scheint der Kranke den Zeitpunkt des Todes selber bestimmen zu können. Die Ankunft bestimmter Bezugspersonen oder bedeutungsvoller Ereignisse oder Daten können abgewartet werden, der Kranke scheint wählen zu können, ob er allein oder begleitet sterben will. Oft weiss er genau, an welchem Tag, ja in welcher Stunde der Tod ihn abholen wird. Ungelöste zwischenmenschliche Konflikte scheinen den Sterbeprozess schmerzlich zu verlängern. Kinder warten häufig auf die „Erlaubnis“ ihrer Eltern, den Kampf aufzugeben. Die Verantwortung der Nahestehenden ist gross. Wenn es ihnen gelingt, ihre eigene Angst zu überwinden und ihren Nahestehenden optimal zu begleiten ist der Tod sanfter und die nachfolgende Trauerarbeit erleichtert.

Sterbebettvisionen und Nahtoderfahrungen (NTE) weisen einige Ähnlichkeiten aber auch beträchtliche Unterschiede auf. Eine NTE ereignet sich plötzlich, zum Beispiel bei einem Herzinfarkt, einem Autounfall oder einem Selbstmordversuch, während das Todesbewusstsein bei Menschen auftritt, die langsam und graduell an Krankheit oder hohem Alter sterben. Die Sterbenden scheinen wiederholt und vorübergehend in eine andere Dimension einzutreten während die Nahtoderfahrenen sich blitzschnell dort befinden. Die Sterbenden verlassen ihren Körper nicht, wie das bei der NTE der Fall zu sein scheint. Der hauptsächliche Unterschied liegt bei der körperlichen Verfassung der Betroffenen. Während einer NTE ist der Nahtoderfahrene normalerweise bewusstlos, im Koma oder klinisch tot während die Sterbenden die eine Vision erleben keine körperlichen Veränderungen aufweisen. Sie atmen, der Puls und der Blutdruck sind unverändert und sie können während der Vision mit den Anwesenden sprechen.

Nachtodkontakte

Es werden sehr unterschiedliche Phänomene als „Nachtodkontakte“ bezeichnet: die erste Kategorie betrifft spontane und direkte Kontakte, die anscheinend von den Verstorbenen initiiert werden und die Empfänger oft überraschen. Bei der zweiten Kategorie handelt es sich um Kontakte, die von den Trauernden unter Einbezug von Mediumismus (channelling) in sogenannten Séancen (Sittings oder Readings), Ritualen, oder mit Hilfe von technischen Hilfsmitteln (Instrumental Transcommunication ITC) herbeigeführt werden.

Wir beschäftigen uns in diesem Beitrag nur mit Nachtodkontakten der ersten Kategorie. Die amerikanischen Forscher Jody A. Long und Jeffrey P. Long beschreiben diese Kontakte als die „spontane Erfahrung einer Kommunikation mit einem verstorbenen Verwandten oder Bekannten“ und definieren sie wie folgt:

- Spontan: die Erfahrung erfolgt ohne Absicht und ohne erkennbare äussere Ursache
- Erfahrung: bezeichnet etwas *persönlich* Erlebtes oder Empfundenes
- Kommunikation: benennt eine geteilte oder übertragene Information, welche durch die fünf Sinne oder durch aussersinnliche Wahrnehmungen erhalten wird
- Verstorben: heisst, dass das Wesen vor dem Ableben als Mensch in einem Körper lebte (diese Definition schliesst spirituelle Wesen wie Engel aus)
- Verwandte oder Bekannte: bedeutet, dass der Empfänger die Person vor ihrem Ableben *persönlich* kannte¹²

¹¹ Kübler-Ross, Elisabeth (1974). The languages of the dying patients. IN: Humanitas, vol. 10(1), p. 7.

¹² <http://www.adcrf.org/ADCRF%20Research.htm#Research%20Methodology>

Die Nachtodkontakte sind von sehr unterschiedlicher Art und Intensität. Die Amerikaner Bill und Judy Guggenheim haben sie in 17 verschiedene Kategorien eingeteilt, welche sich in allen Kombinationsmöglichkeiten verbinden können¹³. Ein Nachtodkontakt ist immer an ein Ableben gebunden. Die meisten Kontakte ereignen sich im Jahr, das dem Ableben folgt, mit einer starken Konzentration auf die ersten sieben Tage, insbesondere die ersten 24 Stunden nach dem Todesfall. Es kommt jedoch auch vor, dass ein Kontakt Jahre oder Jahrzehnte nach dem Ableben auftritt, insbesondere die Nachtodkontakte, die eine schützende oder warnende Funktion haben.

Im Gegensatz zu der weit verbreiteten Annahme, dass Nachtodkontakte Illusionen sind, die verzweifelte Trauernde heimsuchen zeigt die Forschung, dass die Kontakte in den meisten Fällen auftreten wenn der Empfänger ruhig ist, nicht an den Verstorbenen denkt und seinen Alltagsbeschäftigungen nachgeht. Die Kontakte sind normalerweise von kurzer Dauer (zwischen ein paar Sekunden und ein paar Minuten), die kombinierten Kontakte dauern länger.

Die Inhalte der Botschaften - die als äussere oder innere Stimme wahrgenommen werden – sind erstaunlich einheitlich trotz der Vielfältigkeit der Empfänger: *mir geht es gut, mach Dir um mich keine Sorgen, sei nicht traurig, lebe Dein Leben, ich werde immer an Deiner Seite sein.*

Nachtodkontakte sind so häufig, dass man nicht mehr von einer aussergewöhnlichen sondern von einer gewöhnlichen Erfahrung sprechen sollte. Guggenheim und Guggenheim schätzen, dass 20-40% der amerikanischen Gesamtbevölkerung einen oder mehrere Nachtodkontakte erlebt haben¹⁴. Eine amerikanische Untersuchung von Kalish und Reynolds gibt an, dass 44% der befragten Personen eine verstorbene Bezugsperson gesehen oder deren Anwesenheit gespürt haben¹⁵. Die in 13 Ländern durchgeführte *European Human Values Survey* ergibt, dass im Durchschnitt jeder vierte Europäer einen direkten Kontakt mit einem Verstorbenen erlebt hat¹⁶. Witwen und Witwer bilden die Bevölkerungsgruppe, die die meisten spontanen und direkten Nachtodkontakte erfahren. Eine Studie die vom englischen Forscher und Arzt W. D. Rees in Wales durchgeführt wurde ergibt, dass 50% der Witwer und 46% der Witwen einen Kontakt mit ihren verstorbenen Partner erlebten, wovon 39% ihre Anwesenheit gespürt haben, 14% sie gesehen haben, 13% sie gehört haben und 12% mit ihnen kommuniziert haben¹⁷.

Die Forschung zeigt, dass kein Persönlichkeitsprofil der Empfänger definiert werden kann, das einzige gemeinsame Merkmal ist die Tatsache, dass die Empfänger um eine verstorbene Bezugsperson trauern. Nationalität, Rasse, Bildungsniveau, sozialer Status, Alter oder Geschlecht der Empfänger beeinflussen weder die Ausgestaltung des Nachtodkontaktes noch die Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens. Kinder scheinen proportional mehr Nachtodkontakte zu erleben als Erwachsene, die jedoch oft von ihrer Umgebung nicht ernst genommen werden. Religion spielt keine Rolle, Gläubige, Agnostiker und Atheisten erleben Nachtodkontakte im selben Ausmass.

¹³ Guggenheim Bill, Guggenheim, Judy (2006). *Trost aus dem Jenseits : unerwartete Begegnungen mit Verstorbenen.* – 17. Aufl. – Frankfurt a. M. : Scherz

¹⁴ <http://www.after-death.com/>

¹⁵ Kalish, Richard A. and Reynolds, David K. (1973) Phenomenological Reality and Post-Death Contact, IN: *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12, p. 209-221

¹⁶ Haraldsson, E. (2006) Popular psychology, belief in life after death and reincarnation in the Nordic countries, Western and Eastern Europe IN: *Nordic Psychology*, 58 (2), p. 179

¹⁷ Rees, W. D. (1971) The hallucinations of widowhood. IN: *British Medical Journal*, 4, p. 3741

Nach dieser kurzen Darstellung der Nachtodkontakte komme ich nun zu den Kernfragen: sind solche Kontakte pathologische Erscheinungen und welche Wirkung haben sie auf die Trauernden?

Die Frage der „Authentizität“ dieses Phänomens stellt sich auf der intellektuellen Ebene, obwohl die emotionale Kraft dieser Erfahrungen so stark ist, dass die Empfänger in der Regel nicht an der Wirklichkeit des Erlebnisses zweifeln. Für die Forschung stellt sich dennoch die Frage, ob Nachtodkontakte selbstgeneriert sind oder aus einer externen Quelle stammen. Drei Hypothesen können in Betracht gezogen werden:

- 1) Die psychodynamische Hypothese geht davon aus, dass die Psyche der Trauernden vorübergehend durch der Stress des Todesfalles instabil und verwirrt ist. Die Nachtodkontakte wären demnach vom Unbewussten generierte Halluzinationen die dem Individuum helfen, die Stresssituation zu bewältigen. Diese Hypothese erklärt jedoch die schützenden und warnenden Nachtodkontakte nicht, die viele Jahre, manchmal Jahrzehnte, nach dem Ableben auftreten.
- 2) Die psychopathologische Hypothese geht einen Schritt weiter und ordnet die Nachtodkontakte der Kategorie der psychiatrischen Funktionsstörungen zu (Psychose, usw.) und betrachtet sie somit als eine Geisteskrankheit. D. J. West von der Universität Cambridge stellt jedoch fest, dass pathologische Halluzinationen einem rigiden Modell folgen und in der akuten Phase der Krankheit wiederholt auftreten, während Nachtodkontakte spontan und normalerweise ein einziges Mal erfolgen¹⁸.
- 3) Die spirituelle Hypothese geht davon aus, dass das Bewusstsein den Tod des Körpers überlebt. Nachtodkontakte wären demnach Ausdruck eines natürlichen Bandes, welches Bezugspersonen über den Tod hinaus verbindet. Wie kann man sich den Mechanismus dieses Phänomens konkret vorstellen? Die Quantenphysik gibt uns einige Pisten indem sie die Hypothese aufstellt, dass das Bewusstsein die materiellen Welt beeinflussen kann. Das Konzept der Vernetzung (interconnectedness) entspringt dieser Theorie. Wenn man davon ausgeht, dass das Bewusstsein nicht lokal ist, dann würden sich die Nachtodkontakte in das Konzept der Nichtlokalität oder Verschränkung einfügen.

Ein Nachtodkontakt ist ein einschneidendes Erlebnis, ob er nun die lang erhoffte Erfüllung eines innigen Wunsches ist oder ganz unerwartet auftritt. Die meisten Empfänger sind durch diese Erfahrung beglückt und bewegt, viele betrachten sie als ein spirituelles Phänomen und ein subjektiver Beweis, dass der geliebte Mensch in einer anderen Dimension weiterlebt. Die emotionale Kraft der Erfahrung ist so stark, dass die Empfänger im Allgemeinen nicht an ihrer Wirklichkeit zweifeln. Ein kleiner Prozentsatz der Empfänger jedoch ist verängstigt oder erschreckt, vielleicht weil diese Erfahrung nicht in ihr Glaubenssystem passt oder einfach weil sie Ängste der Kindheit weckt die mit Geister und Gespenster verbunden sind.

Die Vorstellung, dass Verstorbene sich anscheinend offenbaren und mit ihren Bezugspersonen in Verbindung setzen können erweckt oder verstärkt den Glauben an das Überleben des Bewusstseins nach dem körperlichen Tod. Als Folge dieses subjektiven Erfahrens ändern viele Empfänger ihr Glaubenssystem. Ihre Angst vor dem Tod nimmt ab und sie sehen das Leben in einer neuen Perspektive. Obwohl die Nachwirkung des Nachtodkontaktes individuell ist und von ungleicher Intensität geht niemand unverändert daraus hervor.

¹⁸ West, D. J. (1960) Visionary and hallucinatory experiences: a comparative appraisal. IN: International Journal of Parapsychology, 2, p. 89-100

Ein Nachtodkontakt wirkt sich sehr positiv auf die Trauerverarbeitung aus. Der Empfänger hat den Eindruck, dass der geliebte Verstorbene aus einer anderen Dimension über ihn wacht. Die Verbindung scheint nicht völlig abgebrochen, die Liebe scheint stärker als der Tod. Louis LaGrand, amerikanischer Professor Emeritus an der Universität New York und Forscher von aussergewöhnlichen Erfahrungen rund um den Tod stellt fest „Der Ansporn wieder ins Leben zu investieren ist oft auf die Überzeugung zurückzuführen, dass der Verstorbene erschienen ist um Trost zu spenden“¹⁹. Für diejenigen die den Nachtodkontakt als ein letztes Geschenk des Verstorbenen ansehen das ihnen hilft, ihren Lebensweg unter bestmöglichen Bedingungen weiterzuführen ist diese Erfahrung gänzlich positiv und hilfreich für die Trauerarbeit. Riskant wird es erst, wenn der Empfänger sehnsüchtig wünscht, dass sich der Kontakt so oft wie möglich wiederholt, wenn er sein Leben stagniert in der Erwartung, ein weiteres Zeichen vom geliebten Menschen zu erhalten. In diesem Fall verstärkt der Nachtodkontakt die Unfähigkeit des Trauernden, die Realität des Todes der Bezugsperson zu akzeptieren, was eine unabdingbare Voraussetzung für eine konstruktive Trauerarbeit ist.

Ich hoffe, dass dieser kurzer Überblick der „aussergewöhnlichen Erfahrungen“ rund um den Tod zeigt, wie stark sich diese Phänomene in ihrer Essenz gleichen. Die Ausdrucksform ist verschieden aber die Wirkung erstaunlich ähnlich: die Betroffenen zweifeln nicht an der Wirklichkeit der Erfahrung, sie sind beglückt und beruhigt durch das Erlebnis, ihre Angst vor dem Tod verringert sich oder vergeht und der Glaube an das Überleben des Bewusstseins nach dem körperlichen Tod verstärkt sich oder wird zu einer unwiderlegbaren Überzeugung.

¹⁹ LaGrand, L. (2005) The nature and therapeutic implications of the extraordinary experiences of the bereaved. IN: Journal of Near-Death Studies, 24(1), Fall, p. 5.