

Wann ereignen sich NTEs?

Eine Nahtoderfahrung (NTE oder NDE für *Near-death experience*) kann spontan stattfinden, wenn ein Mensch dem Tod nahe oder klinisch tot ist, im Koma liegt, oder, was seltener der Fall ist, wenn er ein schweres Trauma oder eine intensive Angst erlebt, ohne dabei körperlich verletzt zu sein (in letzterem Fall spricht man von *Fear-death experience*). Zu einem ähnlichen Phänomen kann es in der Endphase einer Erkrankung kommen, welches als „Sterbebettvisionen“ (*deathbed visions*) bezeichnet wird.

Merkmale einer NTE sind das Gefühl, seinen Körper zu verlassen, das Eintreten in eine transzendente Wirklichkeit und die Begegnung mit einem unendliche Liebe ausstrahlenden Licht.

Was geschieht bei einer NTE?

Menschen, die eine Nahtoderfahrung erleben (Nahtoderfahrene), haben das Gefühl, ihren Körper zu verlassen (**außerkörperliche Erfahrung, kurz AKE oder OBE für out-of-body experience**), an die Decke zu schweben und ihren Körper und seine Umgebung bzw. das Geschehen aus einer gewissen Höhe zu betrachten (Unfallort, Wiederbelebungsmaßnahmen, Operationssaal etc.). Die Nahtoderfahrenen erinnern sich häufig daran, was während der NTE um sie herum geschehen ist und was gesagt und getan wurde, was anschließend leicht überprüft werden kann. Sie empfinden sofort ein großes **Wohlbefinden**, haben keine Schmerzen und interessieren sich überhaupt nicht mehr für ihren Körper, den sie ohne Bedauern zurücklassen. In allen Berichten ist von einer die NTE begleitenden Klarheit die Rede, die sich deutlich von Träumen oder Halluzinationen abgrenzen lässt. In diesem Stadium fühlen sich die Nahtoderfahrenen in einen dunklen **Tunnel** gezogen und steuern mit Schwindel erregender Geschwindigkeit auf ein strahlendes und überwältigendes Licht zu, das sich sehr weit entfernt am Ende des Tunnels befindet. Der Nahtoderfahrene nähert sich diesem Licht, von dem er wie von einem Magneten angezogen wird, mit atemberaubender Geschwindigkeit, bis er schließlich in einer Explosion der Freude und der Glückseligkeit eins mit ihm wird. Von diesem intensiven Licht, das ihn dennoch nicht blendet, hebt sich ein **Lichtwesen** ab, das die absolute Liebe und das totale Wissen verkörpert. Viele vergleichen diese Empfindungen mit dem Gefühl, „nach Hause zu kommen“ oder „in den Hafen zurückzukehren“. Das Lichtwesen und der Nahtoderfahrene kommunizieren geistig miteinander. Durch die Begegnung mit diesem Wesen entsteht bei ihm ein Gefühl einer völligen **Glückseligkeit**, eines absoluten **Wissens** und eines tiefen **Friedens**. In dieser Phase kann es zu einer **Lebensrückschau** kommen. Der Nahtoderfahrene sieht dabei in dreidimensionaler Sicht außerhalb des Zeitbegriffs alle Ereignisse seines Lebens - von den bedeutendsten bis zu den unwichtigsten. In Gegenwart des Lichtwesens erlebt er die Szenen noch einmal aus seiner eigenen Perspektive, aber ebenso aus dem Blickwinkel der Menschen, die bei dem jeweiligen Ereignis dabei waren. Dieser Teil ist sehr lehrreich, da es dem Nahtoderfahrenen dadurch möglich wird, die Gefühle aller Beteiligten gleichzeitig zu empfinden, was ihn die Tragweite und die Auswirkungen seiner Handlungen wirklich begreifen lässt.

Häufig empfangen **Führer und Schutzengel** die Nahtoderfahrenen, um sie zu geleiten und zu trösten. Sie begegnen oft **verstorbenen Angehörigen**, die sie eher an ihrem Geist wieder erkennen als an ihrem Körper, der manchmal als verschwommen oder durchscheinend beschrieben wird oder es wird berichtet, dass diese Wesen gar keinen Körper hatten. Die Nahtoderfahrenen erzählen von einer **Grenze**, die durch verschiedene Symbole verkörpert wird und deren Überschreitung die Rückkehr ins Leben unmöglich gemacht hätte. Die Erfahrung endet mit der **Rückkehr in den physischen Körper**, die meist gegen ihren Willen erfolgt, selten genau beschrieben wird und häufig mit einer Aufgabe auf der Erde verbunden ist, die sie zu erfüllen haben.

Es ist festzuhalten, dass anscheinend so gut wie nie all diese Elemente während ein und derselben Nahtoderfahrung erlebt werden.

Dr. Bruce Greyson, Professor für Psychiatrie an der Universität von Virginia (USA) und Chefredakteur des *Journal of Near Death Studies*, definiert die NTE anhand der folgenden Bestandteile:

Eine kognitive Komponente: sie umfasst eine Verzerrung der Zeit, eine Beschleunigung des Denkens, eine Lebensrückschau und plötzliches Begreifen.

Eine affektive Komponente: diese umfasst die Empfindungen des Friedens und der Freude, des Einsseins mit dem Kosmos, einen Zustand der emotionalen Loslösung sowie die Begegnung mit einem unendliche Liebe ausstrahlenden Licht.

Eine paranormale Komponente: sie umfasst einen geschärften Seh- und Hörsinn, außersinnliche Wahrnehmungen, Zukunftsvisionen sowie das Verlassen des Körpers.

Eine **transzendente Komponente:** diese umfasst die Begegnung mit einem mystischen Wesen und Geistern, den Eintritt in eine andere Welt sowie die Vision eines „Punktes ohne Wiederkehr“, also einer Grenze, nach deren Überschreitung es kein Zurück mehr gibt.

Was sind die markanten Besonderheiten der NTEs?

Nationalität, Religion, Schulbildung, Bildungsniveau, sozialer Status, Alter oder Geschlecht des Nahtoderfahrenen beeinflussen weder die Ausgestaltung der NTE noch die Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens in irgendeiner Weise, nur die Auslegung kann von kulturellen, insbesondere religiösen Faktoren beeinflusst werden, ohne dass sie sie jedoch prägen (wie zB die NTE einer praktizierenden Katholikin, die nach ihrer Erfahrung sagte, dass nichts von dem, was sie dabei erlebte, dem entspräche, was die Kirche sie ihr ganzes Leben lang gelehrt hatte). Die Nahtoderfahrten von Gläubigen und Nicht Gläubigen unterscheiden sich hinsichtlich der Häufigkeit ihres Auftretens oder hinsichtlich ihres Inhalts in keiner Weise.

Die Umstände, die einen Menschen in Todesnähe bringen (Unfall, Krankheit, Herzstillstand, Suizidversuch) sind nicht entscheidend.

Selbst sehr kleine Kinder erleben klassische NTEs, obwohl sie sie einfacher – eben mit den Worten eines Kindes - schildern. Nur die Lebensrückschau scheint bei den Nahtoderfahrungen von Kindern zu fehlen. (Morse und Perry, 1990)

Eine viel beachtete Studie (Ring und Cooper, 1999) belegt, dass Blinde bei ihrer Nahtoderfahrung sehen können, und zwar selbst jene, die von Geburt an blind sind. Die Autoren kamen zu dem Schluss, dass es sich hier nicht um eine gewöhnliche Sinneswahrnehmung handelt, sondern vielmehr um ein *geistiges Sehen* oder um einen Zustand, in dem das Bewusstsein allwissend ist.

Jede NTE ist einzigartig, da sie an das subjektiv Erlebte der betreffenden Person gebunden ist. Dennoch gleichen sich die Erfahrungen jeweils in ihrem Wesen und ihren Auswirkungen. Alle Nahtoderfahrenen beschreiben einen mehr oder weniger identischen Ablauf ihres Erlebens und empfinden sehr ähnliche Gefühle, weshalb wir davon ausgehen können, dass diese Dinge für den Menschen im Allgemeinen gelten und uns über seine Reaktionen am Ende seines irdischen Lebens aufklären. Zwar kann der Ablauf der Nahtoderfahrung – obwohl Tausende Nahtoderfahrere erstaunlich einheitlich darüber berichten – nicht überprüft werden, weil er auf Zeugnissen beruht, die von subjektiv Erlebtem geprägt sind, doch verhält es sich anders mit den positiven Veränderungen, die bei diesen Menschen beobachtet werden. Auch hier ähneln sich die Veränderungen sehr, auch wenn sich die Nahtoderfahrenen selbst stark voneinander unterscheiden.

Die aus der NTE abgeleitete Hypothese, dass Bewusstsein und Gedächtnis auch noch funktionieren, wenn man klinisch tot ist, ist nicht nur faszinierend, sondern eröffnet auch neue Perspektiven und ist Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Forschungsarbeiten.

Was besagen die aktuellen NTE-Statistiken?

Einer kürzlich durchgeführten Studie zufolge wird die Zahl der Amerikaner, die eine NTE erlebten, auf 15 Millionen geschätzt, was 5% ihrer Gesamtbevölkerung entspricht. In den Vereinigten Staaten sollen sich täglich 774 Nahtoderfahrenen ereignen (Long, 2005).

Laut einer deutschen Studie (Knoblauch, 1999) haben 4,3% der Befragten eine NTE erlebt, was umgerechnet 3,3 Millionen Deutschen gleichkommt.

In Frankreich beläuft sich die Zahl der Nahtoderfahrenen auf 2 Millionen.

Es besteht Einigkeit darin, dass rund **20%** der Menschen, die aufgrund verschiedener Ursachen in Todesnähe kommen, eine NTE erleben.

Der niederländische Kardiologe Pim van Lommel hat über einen Zeitraum von 13 Jahren in 10 niederländischen Krankenhäusern mit 344 Patienten, die einen Herzstillstand überlebt haben, eine prospektive Studie durchgeführt. Die Ergebnisse dieser Studie (veröffentlicht 2001 in der Zeitschrift „*The Lancet*“) belegen, dass 18%

(62 Patienten) bei ihrem Herzstillstand eine NTE erlebten, 12% (41 Patienten) davon eine besonders tief gehende (*core experience*).

In 4 bis 5% der Fälle wird von negativ erlebten oder erschreckenden NTEs berichtet, die noch relativ wenig erforscht sind.

Diese Zahlen beweisen, dass diese Erfahrung einer Vielzahl von Menschen widerfahren ist und dass Zweifel an ihrer Echtheit nun nicht mehr zulässig sind. Da aus allen durchgeführten Studien eindeutig hervorgeht, dass es sich bei der Nahtoderfahrung um eine universale Erfahrung handelt, die nicht an geographische oder kulturelle Besonderheiten gebunden ist, sondern mit unserem Menschsein zusammenhängt, dürfen wir zweifellos verallgemeinern und davon ausgehen, dass ein entsprechender Prozentsatz von Nahtoderfahrungen gleichermaßen in allen Ländern der Welt anzutreffen ist.

Wie wirken sich NTEs auf das Leben der Menschen aus, die sie erlebt haben?

Während Nahtoderfahrungen als objektive Realität nicht (bzw. noch nicht) bestätigt sind, stellen sie doch eine Realität im Leben der Nahtoderfahrenen dar. Diese transzendente Erfahrung führt zu einer bedeutenden Lebenskrise, einem Infragestellen der Wertvorstellungen und zu einem veränderten Weltbild. Die Gesetze von Raum und Zeit, die während der NTE außer Kraft gesetzt waren, das Verlassen des Körpers und die Erfahrung, dennoch mit seiner Persönlichkeit, seiner Geschichte, seinen Gefühlen und seinen geistigen Fähigkeiten - welche während der NTE sogar gesteigert sind - man selbst zu bleiben, all das bedeutet einen großen Schock. Die Begegnung mit dem Lichtwesen ist für viele eine Offenbarung und verkörpert wahrscheinlich den Teil der NTE, der die meisten Veränderungen mit sich bringt. Die emotionale Intensität der Nahtoderfahrung und die Schwierigkeit, sie in Worte zu fassen (manche verwenden den Begriff „Unaussprechlichkeit“), entfernen den Nahtoderfahrenen von seinen Angehörigen und führen zu seiner Ausgrenzung innerhalb der Gesellschaft. Dieses Gefühl der Einsamkeit verstärkt sich noch weiter durch die Schwierigkeit, in einer Familie und einer Gemeinschaft, deren Werte, Ziele und Sorgen man fortan nicht mehr teilt, seinen Platz wieder zu finden.

Der Nahtoderfahrene ist häufig sehr empfindlich, denn er hat - soeben knapp dem Tode entkommen - ein schweres Trauma erlitten. Nach der Todesnähe ist sein körperlicher Zustand infolge der Krankheit oder des Unfalls, die ihn beinahe das Leben gekostet hätten, oft kritisch.

Zwar ist die Tatsache, dass man dem Tod so nahe war, bestimmt eine traumatisierende Erfahrung, doch sie allein erklärt noch nicht alle Veränderungen, die im Leben eines Menschen nach einer NTE beobachtet werden. (Ring, 1980)

In vielen Fällen finden die Menschen für das, was sie eben erlebt haben, einfach keine Worte, sie sind aber dennoch zutiefst überzeugt, dass diese Erfahrung für sie sehr bedeutsam ist und ihre Zukunft bestimmen wird. Es folgt eine Phase der Destabilisierung und die Rückkehr in den Alltag, die oftmals schmerzlich ist, da dieser ihnen plötzlich trüb und sinnlos erscheint.

Diese Veränderungen ziehen sich über Jahre, sogar Jahrzehnte, hin. Laut einer Studie von Dr. Pim Van Lommel (2000) vergehen durchschnittlich 8 Jahre, bis sich alle Auswirkungen einer NTE zeigen. Die tief gehenden Veränderungen der Lebensweise und der Wertvorstellungen der Nahtoderfahrenen sind so deutlich, dass sie leicht überprüft und untersucht werden können. Die Suche nach einer neuen Lebensweise wird häufig erschwert durch den brennenden Wunsch des Nahtoderfahrenen, seinem Leben einen Sinn zu geben und die Aufgabe zu erfüllen, durch die die Rückkehr ins Leben überhaupt gerechtfertigt wurde. Der Nahtoderfahrene kommt erst zur Ruhe, wenn er den neuen Weg, der sich ihm eröffnet, begreift und akzeptiert. Dann erntet er die Früchte seiner unaufhörlichen Bemühungen, seiner hartnäckigen Suche, befreit von der Angst vor dem Tod, überzeugt, dass jedes Ereignis, das er erlebt, egal ob fröhlicher oder schmerzlicher Natur, einen Sinn hat und unendlich gerecht ist, beruhigt bei dem Gedanken, dass er „nach Hause“ zurückkehren wird, wenn er seinen physischen Körper endgültig verlassen wird.

Verändert sich die Persönlichkeit nach einer NTE?

Durch eine NTE werden die Wertvorstellungen, die Ziele und die Lebensweise der Betroffenen grundlegend in Frage gestellt.

Die wichtigsten Veränderungen sind:

Sozialer Natur: sie umfassen den Vorrang der Liebe, ein starkes Mitgefühl, eine größere Bedeutung zwischenmenschlicher Beziehungen, Toleranz, Unterstützung und Hilfsbereitschaft.

Materieller Natur: diese umfassen ein geringeres oder fehlendes Interesse an materiellen Gütern sowie an beruflichem und finanziellem Erfolg oder an sozialem Status.

Verbunden mit der **Selbstwahrnehmung:** sie umfassen veränderte Wertvorstellungen, ein gesteigertes Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl, großen Wissensdurst, den Wunsch nach persönlicher Entwicklung und die Vorstellung, eine Aufgabe zu erfüllen zu haben.

Verbunden mit der **Einstellung zum Leben:** diese umfasst eine größere Lebensfreude, ein mit der Zeit stärker werdendes Gefühls für den „Sinn des Lebens“, die Fähigkeit, intensiv in der Gegenwart zu leben, ein spirituelles Erwachen, eine Verminderung oder den Verlust der Angst vor dem Tod, die Gewissheit, dass das Bewusstsein nach dem Tod des physischen Körpers weiterlebt und die Überzeugung, dass es eine spirituelle Wirklichkeit gibt.

Bewirken NTEs parapsychologische Veränderungen?

Eine bedeutende Zahl von Nahtoderfahrenen entwickelt nach einer NTE parapsychologische Fähigkeiten. Diese neu in Erscheinung tretenden Fähigkeiten umfassen sowohl die Telepathie, hellseherische oder prophetische Gaben, das Vermögen, Geschehnisse anderorts wahrzunehmen oder Gedanken zu lesen, als

auch die Fähigkeit, Krankheiten zu erkennen und sogar einige davon zu heilen. Es kommt ebenfalls vor, dass einem Nahtoderfahrenen ein ihm nahe stehender Mensch in dem Augenblick erscheint, wenn dieser stirbt.

Während der NTE öffnet sich anscheinend ein Zugang zu einem anderen Bewusstseinszustand, in dem unsere bekannte Wirklichkeit von einer umfangreicheren Wirklichkeit umgeben ist, in welcher Zeit, Raum und Materie transzendiert werden. Dieser Zugang schließt sich nach der Erfahrung offenbar nicht wieder völlig. Es scheint, wie es Kenneth Ring so treffend formuliert, als ob eine Saat gepflanzt worden wäre, der es frei steht, mit der Zeit aufzugehen. Einige Aussagen liefern uns eine Vorstellung über diese neu auftretenden parapsychologischen Fähigkeiten:

„Ich bin empfindsamer geworden, manchmal habe ich hellseherische Träume und sehr oft telepathische Erlebnisse...“

„Nach meiner Erfahrung habe ich meinen Körper mehrmals verlassen.“

„Ich bin feinfühlicher und habe telepathische Fähigkeiten, ich kann meinen Körper leicht verlassen, kann andere heilen und ihnen helfen.“

„Ich bin empfindlicher, kann schneller lernen, mich besser konzentrieren und mich besser erinnern, meine parapsychologischen Fähigkeiten haben sich gesteigert, aber vor allem versuche ich nun, mich wieder in meinem Körper zu verankern und mich nicht mehr zweizuteilen; wir erfahren das Leben in und durch den Körper und nirgendwo sonst.“

Diese Fähigkeiten sind manchmal eine Last, da hellseherische Phänomene meistens emotional stark belastende Ereignisse betreffen (Jourdan, 2005).

Was mich angeht, so bin ich überzeugt, dass alle Menschen im Verborgenen dieselben Fähigkeiten besitzen und dass eine Bewusstseinsenerweiterung, wie sie sich bei einer NTE ereignet, genügt, damit dieses natürliche Potential, das den Menschen eigen ist, aktiviert wird.

Wie ist der Forschungsstand auf dem Gebiet der NTE?

Geschichte

Die wissenschaftliche NTE-Forschung begann 1978 mit der Gründung der *International Association for Near-Death Studies* (IANDS), unter dem damaligen Vorsitz von Professor Kenneth Ring. Seitdem untersuchen renommierte Forscher unterschiedlichster Wissensgebiete in vielen Ländern der Erde dieses Phänomen und seine Auswirkungen.

Besonderheiten

Was ein Mensch, der eine Nahtoderfahrung erlebte, dabei empfunden hat, ist definitionsgemäß subjektiv, persönlich und schwer zu vermitteln. Die NTE-Forschung sieht sich mit einem Phänomen konfrontiert, das mit herkömmlichen wissenschaftlichen Methoden weder beobachtet, noch erfasst noch quantifiziert werden kann. Mit Ausnahme der außerkörperlichen Erfahrung, die sich relativ leicht überprüfen lässt, muss sich die NTE-Forschung zwangsläufig mit dem Transzendenten beschäftigen.

Methodik

Die Forschung befasst sich in erster Linie damit, anhand standardisierter Fragebögen (Ring, Greyson) Berichte über Nahtoderfahrungen zu sammeln und sie statistisch und qualitativ aus einer interdisziplinären Perspektive zu erfassen.

Bis heute wurden insbesondere von amerikanischen und europäischen Forschern Tausende von Berichten gesammelt, analysiert und kommentiert.

Diese Daten werden hinsichtlich psychiatrischer, psychologischer, pharmakologischer, neurologischer und neurophysiologischer Hypothesen untersucht.

Abgesehen von den typischen NTE-Elementen sind auch die psychologischen Auswirkungen der Nahtoderfahrung Gegenstand zahlreicher wissenschaftlicher Studien.

Es werden auch Vergleiche mit Begleitphänomenen angestellt, um die Besonderheit der NTE gegenüber anderen, ähnlichen Erfahrungen besser zu verstehen. Mystische Offenbarungen, welche sich nach jahrelangem Üben ereignen können, weisen gewisse Ähnlichkeiten mit NTEs auf.

Kontroverse

Bei der Kontroverse, die von materialistischen Forschern (wie zB Susan Blackmore) angefacht wird, geht es um die Frage, ob es sich bei NTEs um ein Phänomen handelt, das beweist, dass das Bewusstsein nach dem körperlichen Tod weiterlebt oder ob es bloß ein Begleitphänomen eines sterbenden Gehirns ist.

Manche beschäftigen sich mit der Frage, ob sich die NTE zu dem Zeitpunkt ereignete, als keine Gehirnströme mehr messbar waren oder in der Phase, in der der Nahtoderfahrene das Bewusstsein wieder erlangte und das Gehirn seine Tätigkeit wieder aufnahm.

Handelt es sich dabei um wirkliche Erinnerungen oder nur um die Wiedergabe unterbewusster – im Zustand der Bewusstlosigkeit gesammelter - Informationen und um Erinnerungen, welche die außerkörperliche Erfahrung zum Zeitpunkt der Rückkehr ins Leben wie in einem Drehbuch in Szene setzt? (French)

Forschungsstand

Der bescheidene Vorsprung im Verstehen der Funktionsweise und dem Wesen der NTEs bestätigt gleichzeitig ihre Komplexität. Die medizinischen, psychologischen und parapsychologischen Modelle und Theorien, die bisher entwickelt wurden, können weder die Gesamtheit des Phänomens der NTE noch ihre einzelnen Elemente restlos aufklären.

Die Forschung über die Auswirkungen der NTE auf das Leben der Nahtoderfahrenen trägt hingegen langsam Früchte, da sie sowohl deren persönliche als auch soziale Integration erleichtert.

Das Phänomen der NTE erlangt allmählich einen immer größeren Bekanntheitsgrad; die Behandlung dieses Themas in den Medien, wenn auch häufig in Form von Sensationshascherei betrieben, ermöglicht eine umfangreiche Information der Öffentlichkeit.

Was bleibt, ist die Herausforderung, sowohl auf wissenschaftlicher als auch auf philosophischer Ebene alle Konsequenzen sowie den möglichen Nutzen aus dieser transzendentalen Erfahrung zu ziehen.