Die Botschaft der Sterbenden: Bewusst leben!

Franz Alts Buch über Nahtoderfahrungen: Medizinischer Fortschritt rückt das Thema verstärkt ins Zentrum

München – Der 88-jährige Journalist und Buchautor Franz Alt widmet sich in seinem neuesten Buch dem Phänomen Nahtoderfahrungen, also den sich sehr oft ähnelnden Berichten von Menschen, die aus dem Koma ins Leben zurückgeholt wurden. Unsere Zeitung sprach mit dem Autor, der zahlreiche Bücher über ökologische und theologische Themen verfasst hat.

Wie kamen Sie auf die Idee, ein Buch über Nahtoderfahrungen zu schreiben?

Als ich Elisabeth Kübler-Ross in den 1980er-Jahren bei einer Veranstaltung in Bad Godesberg kennengelernt habe, war ich fasziniert über das, was sie als Sterbeforscherin über Nahtoderlebnisse und über den Tod von Kindern erzählt hat. Diese Frau hat tausende Menschen beim Sterben in den Armen gehabt. Es wird zudem ein immer größeres Thema werden, weil es durch die medizinischen Fortschritte öfter möglich ist, Menschen an der Todesgrenze zu reanimieren. Ich habe lange gezögert, das Buch zu schreiben, weil ich immer dachte: Einen wissenschaftlichen Beweis im herkömmlichen Sinne haben wir ja nicht. Das sind alles subjektive Erfahrungen. Aber die Summe dieser subjektiven Erfahrungen hat mich schließlich dazu gebracht, dieses Buch zu machen. Wir müssen diese Nahtoderfahrung ernst nehmen. Das kann eine große Hilfe beim Lösen unserer großen Probleme sein. Deshalb heißt auch der Untertitel des Buches: Was uns diese Nahtoderfahrungen über das Leben verraten.

Und was ist diese Botschaft?

Alle Nahtoderfahrenen sagen uns: Dieser Materialismus, der heute so sehr im Vordergrund steht, ist so unwichtig wie nur etwas. Wichtig ist allein die Liebe. Und: Es gibt keinen Grund, vor dem Tod Angst zu haben! Das ist die allererste, die wichtigste Erfahrung überhaupt. Alle Menschen, die Nahtoderfahrungen haben, sagen, es ist schön, da ist ein wunderbares Licht, Musik. Der Tod ist kein Untergang, der Tod ist ein Übergang, eine Wende.

Gibt es kulturelle Unterschiede in den Beschreibungen?

Das hat mich fasziniert an den Berichten. Auf der ganzen Welt werden diese Nahtoderlebnisse mit ähnlichen Worten beschrieben. Völlig egal, ob Katholik, Protestant, Buddhist, Hindu oder Atheist. Alle Menschen scheinen beim Sterben dieselbe Erfahrung zu machen.

Wissenschaftler sehen die Nahtod-Beschreibungen nüchterner: als elektronische Restimpulse im Gehirn oder beruhigend wirkende Hormone, die Schmerzen und Angst lindern...

Viele Wissenschaftler erklären das bis heute so. Aber die wichtigsten Bücher, die ich gelesen habe, sind von ehemaligen Atheisten und Wissenschaftlern geschrieben worden, also nicht von religiös orientierten Leuten.

Da gibt es beispielsweise einen kanadischen Arzt, der viele Nahtoderfahrungen zusammengefasst hat. Er betont: Nahtoderfahrungen sind keine Nachtoderfahrungen. Wenn die Menschen wirklich tot gewesen wären und nicht nur nahe dem Tod, könnten sie nicht beschreiben, was sie erlebt haben. Auch der von mir zitierte US-Neurochirurg Eben Alexander ist lange Zeit ein klassischer Atheist gewesen. Dann hat er einen Unfall gehabt, ist sieben Tage im Koma gelegen. Erst nach seiner eigenen Nahtoderfahrung hat er das Thema ernst genommen. Das war wirklich keine Spinnerei, das war eine reale Erfahrung, realer geht's gar nicht, sagt er.

Gibt es auch negative, verstörende Nahtodbeschreibungen?

Ja, die gibt es auch. Prof. Alexander schätzt, zehn bis 20 Prozent der Nahtoderfahrungen seien auch negativ. Derartige negative Erfahrungen haben vor allem Menschen gemacht, die einen Suizid verübt haben. Als Christ denke ich: Die haben auf der anderen Seite erfahren, ihr müsst noch mal zurück, denn ihr habt noch Geschäfte zu erledigen. Ihr müsst noch mal dazulernen. Denn das ist, was fast alle Nahtoderfahrenen sagen: Sie müssen noch mal einen Lernprozess durchlaufen. Diese Erde ist kein Jammertal, aber sie ist eine Schule, in der wir etwas zu lernen haben. Wenn wir das noch nicht gelernt haben, müssen wir immer wieder zurück.

Labile Menschen könnten sich angesichts der so positiv dargestellten Nahtoderfahrungen gedrängt fühlen: Dann verlasse ich doch dieses Jammertal! Birgt das nicht die Gefahr, den Tod zu verherrlichen?

Keiner von den von mir gesammelten Menschen mit Nahtoderfahrungen sagt: Jetzt bin ich auf dem Weg zum Suizid, sondern alle erklären, dass sie den Auftrag haben, etwas zu tun, nämlich ihr Leben zu ändern. Sie haben noch eine Aufgabe. Die freuen sich auf den Tod, aber betonen immer: Das lasse ich auf mich zukommen. Nehmen Sie als Beispiel Vinzenz Hensle, den ich für mein Buch interviewt habe. Er ist ein Bauer im Schwarzwald, hatte einen schweren Unfall: Der Traktor überschlug sich, der Schlepper fiel auf ihn. Er war bewusstlos und hatte dabei eine Nahtoderfahrung, die sein Leben für immer veränderte: Eine – für ihn göttliche – Stimme trug ihm auf zu malen. Was Hensle vorher nie gemacht hatte. Für ihn sind es „Seelenbilder", bei denen ihm das Jenseits die Hand führe.

Was hat die Arbeit an diesem Buch mit Ihnen persönlich gemacht?

Im Kern ist die Botschaft dieser Menschen, mit denen ich für das Buch gesprochen habe: Wir können uns verändern. Ich selbst habe ja einige Kurven im Leben genommen: Ich wurde katholisch-konservativ erzogen, war dann fast 30 Jahre lang CDU-Mitglied, bin dann in den 80er-Jahren Teil der Friedens- und Anti-Atombewegung geworden. Ich habe diese ständigen Veränderungen gebraucht. Das Leben besteht darin, dass man es verändert. Von den Nahtoderfahrenen habe ich gelernt, dass der Tod der Beginn einer neuen Lebensform ist.

Nahtoderfahrungen
Was sie uns über das Leben verraten. Herder-Verlag, 240 Seiten, 24 Euro.

Interview: Klaus Rimpel

Ein Licht, ein Tunnel, beruhigende Klänge: Viele Nahtoderfahrungen beschreiben ähnliche Empfindungen. GETTY IMAGES

Franz Alt (l.) mit dem Bauer und Maler Vinzenz Hensle: Eine Nahtoderfahrung veränderte sein Leben. EDGAR HENSLE

Nahtod: Das sagt die Wissenschaft

Schon seit den **1970er-Jahren beschäftigt sich die Wissenschaft** intensiv mit den sich ähnelnden Berichten von Menschen, die ins Leben zurückgeholt werden konnten. In den Neurowissenschaften ist die mehrheitliche Grundannahme, dass eine Nahtoderfahrung ein **Produkt des Gehirns** ist, das vorübergehend in wichtigen Funktionen gestört ist. In einer Studie an der Uni Michigan wurden 2013 bei sterbenden Ratten mittels implantierten EEG-Elektroden die Hirnaktivitäten bis zum Hirntod aufgezeichnet. Im Zeitraum zwischen dem Herzstillstand und dem Null-Linien-EEG beobachteten die Forscher kein langsames Abebben der neuronalen Hirnaktivitäten, sondern im Gegenteil ein extremes **Ansteigen der kognitiven Verarbeitungsprozesse** in den **ersten 30 Sekunden nach dem Herzstillstand.** Die Forscher kommen zu dem Schluss: „Wir liefern damit nun einen wissenschaftlichen Rahmen, um die hochgradig lebensechten und realen mentalen Erfahrungen zu erklären, die viele Überlebende eines Nahtod-Ereignisses berichten."

Wiedersehen mit dem Hasen Beppo

Sylvia Furmaniak erlebte im Koma Szenen der Vergangenheit neu

Die 58-jährige Sylvia Furmaniak schrieb über ihre Nahtoderfahrung nach einer Hirnhautentzündung ein Buch mit dem Titel: „Warum ein roter R4 nicht in eine hellgrüne Schublade passt". Der Titel bezieht sich darauf, dass ihr Leben nicht einem stabilen Mercedes Benz, sondern eher einem schönen, roten R4 gleiche. Im Interview mit Alt schildert Furmaniak, die damals schon mehrere Monate pflegebedürftig war, ihre Nahtoderfahrung so: „Plötzlich rutschte ich wie eine Stufe tiefer. Ich bewegte mich durch einen lichtdurchfluteten Tunnel. Es fühlte sich an wie ein Sog, wie ein Magnet." Ein Teil in ihr habe gespürt, dass sie am Sterben war. „Wie auf einer Leinwand sah ich unterschiedliche Sequenzen ganz bunt durcheinander aus meinem Leben: wie ich als Kind auf dem Dreirad saß, wie ich mit meinem Hasen Beppo spielte oder mit meinen Freundinnen und Freunden, meinen Eltern und meinem Bruder zusammen war. Fast wie gleichzeitig spürte ich die Anwesenheit von verstorbenen Familienmitgliedern." Und doch habe sie auch eine starke Kraft gespürt, die sie immer wieder zurückzog. „Ich war noch nicht fertig mit dem Leben, hatte noch eine Aufgabe. Aber welche? Und dann war ich wieder da – kristallklar und wach auf meinem Sofa", so die damals 32-Jährige. KR

Sylvia Furmaniak
fiel mit 32 ins Koma.

Nahtoderfahrungen von Kindern

Krankenschwester Christiane Ahmed: Trost für kleine Patienten

Die Kinderkrankenschwester Christiane Bettina Ahmed, Mutter von sechs Kindern, wäre im Alter von acht Jahren fast an einer schweren Lungenentzündung gestorben. „Plötzlich hatte ich das Gefühl, aus meinem Körper von der Stirnseite her auszutreten und ganz groß zu werden, so, als würde ich mich erweitern. Ich sah meinen kleinen Körper unter mir liegen und fühlte mich in dem erweiterten Bewusstseinszustand nicht mehr als Kind", erinnert sie sich im Interview mit Franz Alt. „Ein golden glitzerndes Licht, welches jedoch nicht blendet, kam von der Balkonseite auf mich zu und kommunizierte mit mir gedanklich, dass ich mich nicht fürchten müsse."

In ihrer Arbeit als Kinderintensivkrankenschwester war Ahmed wiederholt mit kleinen Patienten konfrontiert, die ihrem Alter entsprechend ebenfalls von Nahtoderfahrungen erzählten. So beschrieb eine Vierjährige „wie ihre Tante Anja immer am Abend an ihrem Bett sitzen und sie gern abholen würde, doch die Mama könne ja nicht loslassen... Als die Mutter dies von ihrer Tochter hörte, weinte sie bitterlich, aber auch in großer Erleichterung, denn Tante Anja hatte die kleine Alica gar nicht kennen können, da die Tante weit vor ihrer Geburt bei einem Autounfall verstorben war." KR

Christiane Ahmed
wäre als Kind fast gestorben.