



Rita Groß-Grevenbroich

Eine Nahtoderfahrung nach einem Suizidversuch.

Auswirkungen auf das weitere Leben.
Wünsche und Hinweise zur Begleitung von Menschen mit Nahtoderfahrungen.

Der Vortrag wurde gehalten auf der Tagung "dem Tode so nah.." in Arnholdshain 2005

Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Autorin.

1	Vorgeschichte
2	Nahtoderfahrung
3	Auswirkung auf das weitere Leben
4	Persönliche Erfahrungen nach dem Erwachen aus dem Koma. Auswirkung der Nahtoderfahrung
5	Qualitative Übereinstimmung der Erkenntnisse verschiedener Personen
6	Zusammenfassung des persönlichen Berichts
7	Wünsche und Hinweise zur Begleitung von Menschen mit Nahtoderfahrungen
7.1	Auswirkung sensibler Begleitung auf Betroffene
7.2	Notwendige Eigenschaften für ‚Begleiter‘.
7.3	Interesse der Wissenschaft Notwendigkeit der Akzeptanz

1 Vorgeschichte

Bevor ich auf meine Nahtoderfahrung näher eingehe, möchte ich kurz meine Lebenssituation beschreiben, die dazu führte.

Ich bin seit ca. 30 Jahren Lehrerin und habe seinerzeit sehr unter Alkoholproblemen gelitten, die ich recht gut verstecken konnte, da ich während der Schulzeit meist trocken blieb, während der Ferien allerdings immer wieder Rückfälle in die Sucht erlitten habe. Es gelang mir trotz erheblicher Kraftaufwendung nicht, mein Problem in den Griff zu bekommen. Dass ich dazu Hilfe benötigt hätte, wollte ich mir nicht eingestehen. Die immer wiederkehrenden Rückfälle führten zu Depressionen, die mir die Kraft, das Selbstwertgefühl und den Lebensmut raubten. So hatte ich schon manchmal daran gedacht, meinem Leben ein Ende zu setzen.

Ein heftiger Rückfall während der Schulzeit bewirkte, dass ich Ende August 1999 vorher besorgte Tabletten einnahm, um - wie ich glaubte - den aussichtslosen Kampf mit der Sucht endgültig zu beenden. Mir erschien der Zwang zum Trinken wie ein Dämon, der mich trotz aller Gegenwehr fest umklammert hielt. Ich nahm am frühen Nachmittag 100 Tabletten ‚Phenaemal‘ ein, dies ist ein Phenobarbital zur Beruhigung des zentralen Nervensystems, das in kleinen Dosen, Epileptikern verabreicht wird. Ich wusste, dass bereits eine Dosis von 30-50 Tabletten ausreichen würde, das zentrale Nervensystem zu lähmen und zum Tode führen würde. Ich wollte sicher gehen, nicht weiter leben zu müssen.

Nach der Einnahme legte ich mich auf ein Sofa und verlor bald das Bewusstsein. Wie man mir später berichtete, fanden danach noch einige erstaunliche paradoxe Reaktionen meinerseits statt, von denen ich nichts mehr weiß, die es Anderen allerdings schwer machten, meinen Zustand richtig einzuschätzen. So konnte mein Mann erst am nächsten Morgen feststellen, dass ich bewusstlos war und nicht mehr sichtbar atmete.

2 Nahtoderfahrung

Meine Nahtoderfahrung im Zustand des Tiefkomas bestand aus drei sehr unterschiedlichen Phasen:

In der ersten Phase konnte ich ein sehr positiv empfundenes Erleben verspüren. Ich schwebte vollkommen intakt aber körperlos in einem strahlenden, blauen Raum. Ich fühlte mich frei, schmerzfrei, angenommen und glücklich. Der Raum war weit, hell und warm. Ich genoss diesen Schwebезustand sehr, als ich unvermittelt von einer wunderbar weichen und liebevollen Stimme angesprochen wurde. Ich konnte niemanden ausmachen, zu dem die Stimme gehörte. Diese Stimme sprach mich auf meine Lebensprobleme an und stellte ohne Vorwurf oder Verurteilung fest, warum ich meinem Leben ein Ende gesetzt hatte. Sie fragte mich aber, ob ich noch einmal ins Leben zurück wolle und versprach, mir dabei zu helfen, ein neues, besseres Leben zu führen - ohne Sucht. Ich müsste allerdings durch Dunkelheit gehen, Prüfungen überstehen. Wenn ich eine bestimmte "Formel" fände, würde mir jedoch immer Hilfe zuteil. Ich stimmte zu; denn dieser Stimme schenkte ich vollstes Vertrauen. Ich hielt sie für einen ‚guten Arzt‘, der mich nicht verlassen würde. Danach durfte ich noch eine Weile schweben, bis ich erneut in einen Zustand der Bewusstlosigkeit versank. Im Nachhinein kommen mir die bewusstlosen Pausen zwischen den einzelnen Phasen wie Ruhepausen vor, in denen ich Kraft schöpfen konnte für das Kommende.

Die zweite Phase meiner Nahtoderfahrung kann als ‚NPE - NTE‘ angesehen werden. Sie enthält verschiedene erschreckende Visionen, die Angst bis zu Panik in mir hervorriefen. Ich will nur kurz die Situation verdeutlichen, obwohl mir dieses Erleben sehr lang andauernd vorkam: Ich befand mich in einem unheilvoll anmutenden Haus, in dem ich nach unten gezogen wurde. Ich war gefangen, wie gelähmt und wollte fliehen. Dort traf ich auf unheilvolle Gestalten, die mir deutlich machten, dass ich keine Chance hätte, dort wieder weg zu kommen, was meine Angst und Lähmung noch steigerte. Als ich in einem schmutzig-weißen Raum bewegungsunfähig und allein gelassen wurde, konnte ich auf der gegenüberliegenden Wand einen winzigen schwarzen Fleck erkennen, den ich anvisieren musste. Dieser Fleck, der mich zu Beginn der Situation an Fliegendreck erinnerte, wuchs im Zeitlupentempo und zeigte sich mehr und mehr als kaltes, schwarzes Loch, in das ich sicherlich hineingesogen würde, um im ‚Nichts‘ gänzlich zu verschwinden. Je größer das schwarze Loch wurde, desto unermesslicher wurde meine Angst. Niemandem wünsche ich jemals, in solch einer Schwärze für immer verschwinden zu müssen, ausgelöscht zu werden.

In meiner Panik begann ich schließlich, Gebete zu stammeln. Ich erinnere mich gut an die Worte, die ich benutzte: „Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes!“ und „Herr, hilf!“ Zu zusammenhängendem Gebet war ich nicht fähig, ich konnte nur stammeln und stottern. Das schwarze Nichts war inzwischen schon sehr groß und sehr nah; doch indem ich betete, wuchs es nicht mehr. Plötzlich tauchte am linken unteren Rand des Raumes ein Kreuz auf, das sich langsam in einem Halbkreisbogen zwischen das schwarze Loch und mich schob. Es war ein grobes Holzkreuz, das aber wunderbar strahlte und mir Hoffnung und Rettung vermittelte. Ich hatte nun keine Angst mehr, dachte sofort an die liebevolle Stimme aus meinem ersten Erlebnis und wusste, dass ich die erlösende Formel gefunden hatte. Mein ‚guter Arzt‘ hatte mich nicht verlassen und würde mich befreien. Ich betete ohne Unterbrechung und sah, dass sich das schwarze Loch genau so langsam wieder verkleinerte, wie es vorher gewachsen war. Ich wurde immer ruhiger und zuversichtlicher und hatte das Gefühl, nichts und niemand könne mir nun noch Schaden zufügen. Ich erinnerte mich auch an die Worte, die ich im ‚blauen Raum‘ wahrgenommen hatte über ‚Prüfung und Dunkelheit‘, durch die ich hindurch musste; und nun empfand ich eine ungeheure Klarheit über meine gesamte Situation.

Nach weiteren Geschehnissen, die ich hier überspringen werde, weil sie nun für mich nicht mehr wichtig waren, da ich meine ‚Lebensspur‘ gefunden hatte, fand ich mich in einem engen Tunnel, und ich wusste, durch diesen Tunnel hindurch würde ich zum neuen Leben gelangen.

Ich wurde darauf in großer Geschwindigkeit durch den langen Tunnel geschickt. Nach einer kurzen Pause sah ich mein gesamtes Leben wie in einem Schwarz-Weiß-Film sehr schnell an mir vorüber ziehen, bei dem ich nun nicht mehr beteiligt, sondern Zuschauer war. Ich konnte die verschiedensten Lebenssituationen wertfrei betrachten und stellte erstaunt fest, dass mein Leben gar nicht so negativ gewesen war, wie ich es vor meinem Suizidversuch empfunden hatte. Zum Schluss des Films konnte ich sehen, wie ich die Tabletten schluckte und mich hinlegte, um auf den Tod zu warten. Danach trat wieder eine längere Pause ein, in der ich ‚bewusstlos‘ war.

Nach dieser Pause befand ich mich wiederum in einer anderen Umgebung. Um mich herum war alles neblig, schwer zu erkennen. Ich nahm einen schlammigen, schlecht begehbaren Weg wahr, der vor mir lag. Ein umgekippter Baum, dessen Wurzeln und Stumpf noch fest im Boden verankert waren, dessen Stamm, Äste und Rinde aber verstreut herumlagen - so als hätte ein Blitz ihn getroffen - war mitten auf diesem Weg zu erkennen. Ich wusste sofort, dass dieser Baum mein Leben darstellte. Dieses Leben schien zerstört, hatte aber noch lebensfähige Wurzeln und war noch fest in der Erde verankert. Ganz langsam, wiederum im Zeitlupentempo, fügte sich nun der Baum wieder zusammen und wurde zu einer kräftigen, gerade gewachsenen, hohen Tanne. Gleichzeitig verzog sich der Nebel um mich herum und die Umgebung gewann zunehmend an Farbe. Die Tanne mitten auf dem Weg bekam ein gesundes Grün, der Weg selbst wurde gut begehbar und führte nun gerade durch einen Wald bis zum Horizont, an dem ein wunderbares, helles, leuchtendes Licht erschien. Es zog mich magisch zu diesem Licht hin. Ich wusste aber, dass ich dieses Licht erst erreichen kann, wenn ich mein Leben bis zum vorbestimmten Ende gelebt haben würde. Ich wusste auch, dass die Bäume des Waldes um mich herum Menschen symbolisierten, die mich auf dem Weg zum Licht begleiten würden.

Dieses Bild empfand ich als sehr schön und beruhigend, und ich schaute mir ‚meine Tanne‘ näher an. Da nahm ich plötzlich Gesichter zwischen den Zweigen wahr. Es handelte sich um Kindergesichter, die mich freundlich anlächelten. Mir war sofort klar, dass diese vielen Kinder meine noch nicht erledigten Aufgaben sein würden, und ich freute mich darauf, auch wenn sie mich noch daran hinderten, zum Licht zu kommen.

Dieses wunderschöne Bild habe ich oft vor Augen, wenn ich in der Schule mit meinen Kindern arbeite, und es schenkt mir immer wieder die Kraft, mit diesen Kindern so umzugehen, wie es eine ‚Lebensaufgabe‘ oder ‚Berufung‘ erfordert.

In den höheren Ästen sah ich weitere Kinder mit südamerikanischen Gesichtern und ganz weit oben im Wipfel des Baumes einige Bücher.

Heute bin ich überzeugt davon, dass auch diese Kinder in meinem Leben eine Rolle spielen werden. Durch ‚Zufall‘ bekam ich Kontakt zu einer Frau, die in Bolivien ein Heim für Straßenkinder errichtet hat. Mit dieser Frau und ihren Zöglingen stehe ich nun in ständiger Verbindung und unterstütze sie. Ich bin mir nicht sicher, ob ich mich so sehr für dieses Projekt engagieren würde, wenn ich diese Kinder in meinem Nahtoderlebnis nicht auch als Aufgabe gesehen hätte.

Mit den Büchern im Wipfel des Baumes konnte ich während der NTE nicht recht etwas anfangen. So fragte ich danach. Eines fiel herunter; es war ein Buch mit Kindergeschichten. Da ich gern und oft für meine Schulkinder altersgerechte Geschichten schreibe, die meine Kinder sehr mögen, denke ich, dass ich vielleicht einmal diese Geschichten als Buch herausgeben werde, wenn ich mehr Zeit für solche Beschäftigungen habe.

So kann ich immer gespannt darauf sein, wie die verschiedenen Aufgaben, die ich im Baum vorausahnen durfte, in meinem Leben zum Tragen kommen.

3 Auswirkung auf das weitere Leben

Nach dem Erwachen aus dem Koma hatte diese Vision für mich eine äußerst wichtige Auswirkung: Ich war voller Lebensmut, Hoffnung und Zuversicht, wollte mich unbedingt einer Therapie unterziehen, wollte Schritt für Schritt mein neues Leben in den Griff bekommen. Dabei war mir klar, dass ich dieses Leben wirklich neu geschenkt bekommen hatte und dass ich sorgsam und verantwortungsvoll mit diesem Geschenk umzugehen hätte.

Sechs Jahre sind seither vergangen (redaktionelle Anmerkung: der Vortrag wurde 2005 gehalten). Aber nichts von dieser Erfahrung ist in meiner Erinnerung verblasst. Im Gegenteil: Die Gewissheit, dass all das Erlebte im Koma seinen Sinn hatte und eine wunderbare Offenbarung darstellt, erfüllt mich immer intensiver mit Freude, Lebensmut und der Sicherheit, eines Tages zu diesem wunderbaren Licht zu gelangen, zu dem meine Sehnsucht mich hinzieht. Auch die negativ erlebten und beängstigenden Erfahrungen haben einen festen Platz, schrecken mich aber nun nicht mehr, da ich ja einen Ausweg aus aller Angst und Bedrängnis kenne: den Ruf nach der Hilfe Gottes und das Gebet, das ich nicht mehr missen oder vergessen möchte.

Ich persönlich wünsche jedem Menschen, dass er in seinem Leben das Beten nicht verlernt, dass er zu gegebener Zeit fähig ist, die Hilfe Gottes zu erbitten.

Deshalb habe ich mich in der jüngsten Vergangenheit zusätzlich zur Religionslehrerin ausbilden lassen, um bei meinen Kindern in angemessener Weise Wurzeln zu legen, die ihnen die Beziehung zu Gott und zum Gebet möglich machen.

Auch engagiere ich mich besonders in der Gemeindekatechese, um Kindern, Jugendlichen und jungen Eltern einen Glauben nahe zu bringen, der in unserem heutigen Lebensverständnis einen nachvollziehbaren Platz hat.

In einigen Fällen konnte ich auch Schwerkranken und sterbenden Personen ein Stück weit die Angst

und Unsicherheit nehmen, die uns Menschen befällt, wenn wir uns am Rand unserer irdischen Existenz befinden. Auch in diesem Bereich möchte ich mich gern weiter einbringen.

Allerdings habe ich auch gelernt, dass nicht alles auf einmal machbar ist. Gelassenheit und Geduld sind wichtig, wenn man die eigenen Aufgaben nachhaltig und befriedigend erfüllen will. Auch dabei hilft mir das Gebet.

4 Persönliche Erfahrungen nach dem Erwachen aus dem Koma. **Auswirkung der Nahtoderfahrung**

Direkt nach dem Erwachen aus dem Koma fand ich mich in einem sonderbaren Zustand der Verwirrtheit und Unfähigkeit, das Geschehene zu begreifen - und gleichzeitig der inneren Klarheit und Sicherheit.

Ich hatte große Angst davor, als "verrückt" eingestuft zu werden, wenn ich den Ärzten oder dem Pflegepersonal etwas über mein Erleben berichten würde. Man erwartete von mir geistige Verwirrung, da mein Gehirn längere Zeit kaum durchblutet gewesen war, da die enorme Menge an Barbituraten und der Alkohol mit zunehmender Sicherheit bleibende Schäden hinterlassen hätte. So durfte ich keinesfalls den Eindruck; erwecken, dass ich nicht mehr denkfähig wäre.

Erstaunlicherweise war ich nach dem Erwachen aus dem drei Tage andauernden Tiefkoma relativ gesund, was niemand geglaubt hätte. Die vielfältigen Untersuchungen, die ich über mich ergehen ließ, zeigten wider Erwarten keinerlei Schädigung der Organe, und auch neurologische Tests und geistige Aufgaben konnte ich befriedigend erfüllen. Man sprach durchaus von einem ‚Wunder‘.

In mir regte sich allerdings nach und nach immer stärker das Bedürfnis, das Erlebte aufzuschreiben und mit jemandem darüber zu sprechen. Ich befürchtete, Einzelheiten zu vergessen; denn mir war noch nicht klar, dass solches Erleben niemals vergessen werden kann.

So deutete ich einer Ärztin gegenüber an, dass ich im Koma mein ganzes Leben gesehen hätte. Dieser Teil meiner Nahtoderfahrung erschien mir am wenigsten ‚verrückt‘. Ich bekam zur Antwort, solch einen Unsinn sollte ich schnell vergessen. So hielt ich mich weiterhin beim Klinikpersonal sehr bedeckt.

Zuspruch und Verständnis erhielt ich aber von meinem Gemeindepfarrer, der mich manchmal besuchte und mich durch aktives Zuhören zum Sprechen brachte. Das Sprechen über eine Nahtoderfahrung halte ich für äußerst wichtig; denn es erleichtert den Umgang mit der eigenen Erinnerung. Während ich versuchte, Worte für mein Erleben zu finden, konnte die Verwirrung Schritt für Schritt weichen und immer mehr Klarheit gewonnen werden.

Es überwog schließlich die Gewissheit, dass ich mit dieser Erfahrung etwas ‚Heiliges‘ erlebt hätte, das mein weiteres Leben von Grund auf verwandeln würde. Gleichzeitig steigerte sich meine Sensibilität dafür, wem ich etwas von meiner Erfahrung mitteilen konnte und wem besser nicht. Ich wollte keinesfalls, dass dieser ‚Schatz‘, den ich mit meiner Erinnerung besitze, als "Hirngespinnst" abgetan würde. Mir ist auch heute noch klar, dass solche Erinnerungen für Außenstehende eher verworren, wie Träume oder Halluzinationen wirken können. Mir selbst erscheint der Unterschied dazu jedoch sehr

eindeutig. Diese Erfahrung entspricht einer anderen Realität, die schlecht zu beschreiben ist.

Manche konkrete Frage nach Einzelheiten, die für mich völlig unwichtig erscheinen, kann ich nicht eindeutig beantworten. So weiß ich nicht, wie ich Dinge und Personen wahrgenommen habe, wie ich mich ohne vernehmlich gesprochene Worte verständigt habe, wie ich mich fortbewegen konnte ohne dass ich meinen Körper gespürt habe, warum ich mich auch ohne diesen Körper, der bewegungslos auf der Intensivstation in einem Bett lag, vollständig und intakt fühlen konnte.

Apostel Paulus spricht im 2. Korintherbrief über solches Erleben vom ‚Unaussprechlichen‘, das auch er trotz seiner Erfahrung nicht richtig einzuschätzen weiß:

„... ob im Leibe oder außerhalb des Leibes - ich weiß es nicht, Gott weiß es...“

Dies kann ein Mensch nach einer Nahtoderfahrung gut nachvollziehen.

Glückliche Umstände führten mich in meinem weiteren Lebensverlauf mit Menschen zusammen, die dem Thema ‚Nahtoderfahrung‘ sehr offen gegenüber standen bzw. stehen:

Ich erfuhr liebevolle und sensible Begleitung durch zwei katholische Pfarrer und zwei Ordensschwestern (Benediktinerinnen). Diese haben mir bei der Bewältigung der Erlebnisse sehr beigestanden, obwohl sie selbst dergleichen noch nicht erfahren haben. Ihre Offenheit bestand darin, dass sie meinten: ‚Warum soll nicht heute noch Ähnliches geschehen wie damals zu biblischen Zeiten? - Bei Gott ist nichts unmöglich!‘

Durch weitere glückliche ‚Zufälle‘ traf ich auf Herrn Prof. Dr. Ewald und die Gruppe ‚Netzwerk Nahtoderfahrung‘, die mir ein näheres Verständnis und Begreifen der eigenen Erfahrungen möglich machten. Wieder zeigte sich, dass Gespräche mit anderen Menschen über solche Erfahrungen nicht nur nützlich, sondern unbedingt notwendig erscheinen.

5 Qualitative Übereinstimmung der Erkenntnisse verschiedener Personen

Im Verlauf der vielfältigen Gespräche innerhalb der Gruppe ‚Netzwerk Nahtoderfahrung‘ stellte sich heraus, dass trotz der Unterschiedlichkeit der Umstände des Erlebten und trotz der Verschiedenartigkeit der Erfahrungen den Betroffenen durchweg einige wesentliche Punkte gemeinsam erhalten sind:

- Gewissheit, dass uns Menschen nach dem physischen Tod Erhabenes erwartet, dadurch wird keine Angst mehr vor diesem Lebensabschnitt‘ empfunden.
- Tiefe Ehrfurcht vor dem Göttlichen, das den Menschen nach dem Tod erwartet, gleich zu welcher Religion derjenige sich hingezogen fühlt.
- Demut, denn den Menschen mit Nahtoderfahrungen ist bewusst, dass sie nur eine kleine Ahnung erhalten haben, nur einen winzigen ‚Einblick‘ erspähen durften von dem, was uns Menschen nach dem Tod erwartet. Keinesfalls kann ein ‚Zurückgekehrter‘ sich anmaßen, ‚Kenntnis‘ über das Jenseits zu besitzen.
- Neue Sinnggebung für das Leben hier und jetzt: Positiv und negativ erlebte Erfahrungen erhalten einen Sinn im Lebensprozess; dadurch kann auch Schmerz und Leid womöglich eher

angenommen und ertragen werden, wenn eine Nahtoderfahrung gemacht wurde.

- Allerdings: Das Leben nach einer solchen Erfahrung wird keinesfalls ‚leichter‘.
- Es gilt, das Erlebte in den Alltag einzubeziehen, weiterhin mit Partnern und Freunden zu kommunizieren, was oft schwer fällt. Als Resultat zerbrechen häufig Ehen und Freundschaften; Betroffene ziehen sich zurück, da man sie nicht mehr richtig verstehen kann.
- Schwierigkeit für Nicht-Betroffene, mit Nahtoderfahrenen umzugehen: Man redet aneinander vorbei und hat zuweilen den Eindruck, der Betroffene sei nicht mehr so ganz ‚in dieser Welt‘.
- Teilweise mangelnde Dankbarkeit den möglichen ‚Lebensrettern‘ gegenüber. Man wäre lieber ‚dort‘ geblieben.
- Ständige Sehnsucht nach der ‚anderen Welt‘, die so verheißungsvoll war und noch nicht erreicht werden konnte.
- Verwandlung der Einstellung zum Leben: Das Leben ist ein Geschenk, der Mensch selbst trägt die Verantwortung dafür, sein irdisches Leben hat sicherlich Auswirkungen für eine kommende Dimension / Welt.
- Innerer Widerstreit zwischen Freude am Dasein, der Freude über das Angenommensein, den Frieden und die Liebe, die man erkennen konnte - und der manchmal auch quälenden Sehnsucht danach, da eine Entsprechung dazu im Hier und Jetzt nicht realisierbar ist.

6 Zusammenfassung des persönlichen Berichts

Abschließend zu meinem persönlichen Bericht möchte ich gern einen Psalm zitieren, da dieser trotz der ‚Unaussprechlichkeit‘ meiner Erfahrungen recht gut meine Gefühle wiedergibt und auch die Auswirkungen auf meine neue Lebensweise im Kern trifft.

Der erste Teil von Psalm 116 bedeutet für mich eine wertvolle Lebenshilfe und ich sehe darin einen Beweis dafür, dass schon vor vielen Jahren ein Mensch dasselbe empfunden hat wie ich durch meine Erfahrung im Tiefkoma. Dieser Psalm drückt ziemlich genau meine Gedanken aus und zeigt die Haltung, in der ich weiter leben möchte:

Psalm 116, Vers 1-9:

*Ich liebe den Herrn;
denn er hat mein lautes Flehen gehört.
Und sein Ohr mir zugeneigt
an dem Tag, als ich zu ihm rief.
Mich umfingen die Fesseln des Todes,
mich befielen die Ängste der Unterwelt,
mich trafen Bedrängnis und Kummer.
Da rief ich den Namen des Herrn an:
„Ach Herr, rette mein Leben!“
Der Herr ist gnädig und gerecht;
unser Gott ist barmherzig.
Der Herr behütet die schlichten Herzen;
Ich war in Not, und er brachte mir Hilfe. -
Komm wieder zur Ruhe, mein Herz!
Denn der Herr hat dir Gutes getan.
Ja, du hast mein Leben dem Tod entrissen,*

*meine Tränen getrocknet,
meinen Fuß bewahrt vor dem Gleiten.
So gehe ich meinen Weg vor dem Herrn
im Land der Lebenden.*

7 Wünsche und Hinweise zur Begleitung von Menschen mit Nahtoderfahrungen

7.1 Auswirkung sensibler Begleitung auf Betroffene

Durch vertrauensvolles und einfühlsames Zuhören und durch sensibel geführte Gespräche wird Betroffenen eine wichtige Hilfe zum Weiterleben mit der neuen Erfahrung ermöglicht. Dies ist bei der Intensität des Erlebten nicht nur wünschenswert, sondern für eine Organisation des ‚neuen Lebens‘ für betroffene Menschen notwendig.

7.2 Notwendige Eigenschaften für ‚Begleiter‘.

Wichtige Voraussetzungen für Ärzte und Pfleger, die Betroffene mit frischen Nahtoderfahrungen begleiten und unterstützen möchten, sind sicherlich:

- Offenheit (s. o.);
- Geduld - denn der Betroffene weiß ja selbst nicht recht, warum und wie gerade ihm solche Dinge widerfahren konnten.
- Sensibilität - Respekt vor einer ‚unaussprechlichen‘, ungeheuerlichen, unnachprüfaren Erfahrung einer anderen Person.
- Gefühl für die ‚Andersartigkeit‘ einer Erfahrung in einer unbekannt Dimension, dabei durchaus respektvolle und akzeptierende Neugierde, aktives und positives Zuhören / Nachfragen.

7.3 Interesse der Wissenschaft / Notwendigkeit der Akzeptanz

Wissenschaftliche Erforschung eines Phänomens erfordert, dass die Quelle des Forschungsgegenstandes möglichst unverfälscht / noch nicht gedeutet / ohne zeitliche Verzögerung aufgenommen werden kann. Angesichts der Komplexität der erlebten Ereignisse und der verständlichen Scheu, diese sehr privaten und teilweise intimen Erfahrungen mitzuteilen, kann meines Erachtens allerdings hier weder durch direkte Befragung noch durch schriftliche Erfassung mittels eines Fragebogens das Ziel der ‚Öffnung‘ der Betroffenen erreicht werden. Die oben beschriebenen Elemente der Beobachtung und der Begleitung sind sicherlich hier wesentlich erfolgreicher, wenn auch zeitlich und personell aufwendiger. Vertrauen ist Voraussetzung für solche Öffnung.

Allerdings: Wissenschaftler - ob von medizinischer oder theologischer Seite her - vergeben eine große Chance, wenn sie Menschen mit Nahtoderfahrungen mit ihrem Erlebten / ihren Erinnerungen allein

lassen, sie nicht zum Mitteilen anregen können oder gar zurückweisen, wenn diese Andeutungen machen. Sie sollten auch aus Gründen der Erforschung dieses wunderbaren Phänomens, das sicher viel mehr Menschen erfahren haben als bekannt ist, eine offene und sensible Haltung den Personen gegenüber zeigen, die gerade aus Koma oder Bewusstlosigkeit erwacht sind.

Rita Groß-Grevenbroich