

# Die Nahtoderfahrung

Todsicher ist, dass jedes Lebewesen sterben wird, dennoch ist der Tod in der Gesellschaft ein Tabu-Thema. Die Ungewissheit, was **danach** kommt, macht vielen Menschen Angst und sie verdrängen den Gedanken an das Lebensende oft.

**G**öttliche Liebe, ein Lichttunnel und die Begegnung mit verstorbenen Bezugspersonen – von diesen außergewöhnlichen Phänomenen berichten zahlreiche Menschen, die dem Tod bereits von der Schippe gesprungen sind. Sie schildern, dass die Nahtoderfahrung (NTE) das Schönste gewesen sei, das sie bislang in ihrem Leben erlebt haben, und dass sie am liebsten nicht mehr in die Realität zurückgekehrt wären.

Bei einer Umfrage von Professor Hubert Knoblauch von der TU Berlin zeigte sich, dass immerhin vier Prozent der Befragten eine derartige Erfahrung gemacht haben, hochgerechnet wären dies etwa 3,3 Millionen Deutsche. Seit die Überlebenschancen der Menschen durch die verbesserten Behandlungsmöglichkeiten und Reanimationstechniken gestiegen sind, berichten Patienten häufiger über die Phänomene. Dennoch kommt es sicher nicht oft vor, dass Kunden mit PTA oder Apothekern über Nahtoderfahrungen sprechen, schließlich gilt das Thema als Tabu und wird gerne vermieden.

**Out-of-Body-Erfahrungen** Während am Unfallort hektische Betriebsamkeit herrscht, erleben Opfer an der Schwelle des Todes außergewöhnliche Phänomene: Sie schießen durch einen dunklen Tunnel, werden von einem friedlichen Gefühl durchströmt, hören herrliche Musik und fühlen sich glücklich, zufrieden, ruhig und friedvoll. Sie sehen Wie-



© Nastco / iStock / Getty Images

sen mit bunten Blumen und ein schönes, warmes, helles Licht. Dort warten Gestalten in einem lichten Gewand oder Angehörige, die bereits verstorben sind. Häufig nehmen sie auch die eigene Reanimation wahr, etwa bei einem Herzstillstand. Personen sehen sich während der NTE selbst aus der Vogelperspektive, spüren weder Schmerzen noch empfinden sie Ängste. Im Nachhinein erinnern sie sich teilweise konkret an die Gespräche der Ärzte, an Details am Unfallort beziehungsweise im Operationsaal.

Zu einer Nahtoderfahrung kommt es in lebensbedrohlichen Krisen, beispielsweise in der Phase, in der ein Mensch klinisch tot ist. In den meisten Fällen stehen die NTE mit Situationen im Zusammenhang, in denen die Gehirnfunktionen stark beeinträchtigt sind. Typische Auslöser sind ein Koma durch einen Verkehrsunfall, Atemnot, Gehirnblutungen, lebensbedrohliche Erkrankungen mit hohem Fieber oder die Phase kurz vor einem möglichen Ertrinken. Der amerikanische Psychiater Raymond Moody sammelte zahlreiche Nahtodberichte und schrieb im Jahre 1975 sein erstes Buch darüber. Er ordnete den NTE bestimmte Charakteristika zu, wie etwa das Gefühl von Frieden, außerkörperliche Erfahrungen, den Aufstieg in den Himmel, ein Lebensrückblick, ein helles Licht oder die Wahrnehmung von außergewöhnlichen Geräuschen. Zwar wiederholen sich bestimmte Merkmale der NTE verschiedener Personen, im Detail differieren sie jedoch teilweise stark. Laut dem niederländischen Kardiologen und Nahtodforscher Pim van Lommel existieren auch Schilderungen darüber, dass die Erfahrungen auch bei Depressionen, Isolation oder ohne medizinische Ursache, etwa während einer Meditation, aufgetreten sind.

**Das Leben danach** Dem Tod nahe zu sein, ist sicher nicht dasselbe, wie tot zu sein. Dennoch fragt man sich, ob Nahtoderfahrungen Hinweise darauf geben können, was nach dem

Ableben mit dem Bewusstsein passiert. Sicher ist, dass die NTE häufig eine Änderung der Lebensauffassung zur Folge hat: Betroffene leben bewusster und im Hier und Jetzt, eine Furcht vor dem Tod besteht in der Regel nicht mehr. Personen, die eine Nahtoderfahrung gemacht haben, beschreiben den Tod häufig als eine andere Form der Existenz, bei der das Bewusstsein nicht länger an den Körper gebunden sei.

**Das Rätsel des Tunnels** Viele Menschen reagieren mit Unglauben oder Kritik auf das Erleben von NTE: „Da sind Drogen im Spiel“ oder „Betroffene machen sich nur wichtig“ sind gängige Vorwürfe. Eine wissenschaftliche Erklärung für NTE existiert bislang nicht, zumal die Forschung an Nahtod-Phänomenen, beispielsweise während einer Reanimation, ethisch nicht vertretbar wäre. Die Geschichten über NTE haben laut der Ansicht vieler Wissenschaftler mit dem Jenseits nichts zu tun.

Es gibt allerdings verschiedene Hypothesen darüber, wie die Erfahrungen zustande kommen könnten: Vielleicht rufen in der Stresssituation ausgeschüttete Neurotransmitter die NTE hervor – welche Botenstoffe zu dem Erlebnis führen, wird jedoch nicht genannt. Eine andere Theorie besagt, dass das Gehirn durch den Nahtod nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird und die Übertragung von Reizen gestört ist. Im Okzipitallappen in der Großhirnrinde entstehen möglicherweise Lichtvisionen, obwohl kein Lichtreiz vorliegt. Die Ortung des Körpers im Raum sowie das Selbsterleben finden im Bereich des Temporallappens statt, daher geht die Theorie davon aus, dass außerkörperliche Erfahrungen ihren Ursprung in diesem Bereich haben. Wird das Gehirn wieder mit Sauerstoff versorgt, ist der außerkörperliche Zustand beendet.

Personen, die dem Tod begegnet sind, vertreten häufig die Meinung, dass sie einen Blick in das Leben nach dem Tod geworfen haben, wäh-

rend Wissenschaftler keine Hinweise auf übersinnliche Erlebnisse in den NTE sehen. Der Kritikpunkt, Menschen mit NTE würden sich wichtig machen, lässt sich allerdings entkräften. Professor Dr. Walter van Laack beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit dem Thema und führte dazu eine Studie durch, die ergab, dass Betroffene meist nicht über ihre Erlebnisse sprechen, da sie befürchten, nicht ernst genommen zu werden. Van Laack führt das „Licht am Ende des Tunnels“ ebenfalls auf die reduzierte Sauerstoffversorgung im Gehirn zurück, durch welche die Neuronen unkontrolliert feuern würden. Da sich zentral auf der Netzhaut viele Neuronen befinden, erscheint das Bild von einem Tunnel mit einem hellen Mittelpunkt.

**Hyperaktives Gehirn** In Tierexperimenten stellte man fest, dass Ratten 20 bis 30 Sekunden nach dem Eintritt des klinischen Todes über einen Zeitraum von etwa 20 Sekunden Gamma-Wellen in den EEG-Aufzeichnungen zeigten. Gamma-Wellen weisen auf einen Zustand hoher Konzentration hin. Demnach ist das sterbende Gehirn hyperaktiv und erzeugt möglicherweise die extremen Sinneseindrücke. Darüber hinaus existieren erste Ergebnisse von menschlichen EEGs mit Mustern, die auf einen Zusammenhang mit Nahtoderlebnissen zurückzuführen sind. ■

*Martina Görz,  
PTA, M.Sc. Psychologie und  
Fachjournalistin*