

Michael Schröter-Kunhardt

Nah-Todeserfahrung - Grundlage neuer Sinnfindung

In:

Hermes A. Kick (Hg): Ethisches Handeln in den Grenzbereichen von Medizin und Psychologie. Mit Beiträgen von Axel W. Bauer, Uwe Bleyl, Dietrich von Engelhardt, Hermes Andreas Kick, Walter von Lucadou, Nossrat Peseschkian, Samuel Pfeiffer, Dietrich Ritschl, Heinz Scheurer, Wolfram Schmitt, Michael Schröter-Kunhardt, Alfred Simon, Reiner Wiehl.
LIT VERLAG, Münster, 2002

Einleitung

Eine ganze Reihe von Studien haben gezeigt, daß das Erleben von Sinnhaftigkeit als zentrales menschliches Bedürfnis eine der wichtigsten Grundlagen seelischer Gesundheit ist:

Wird in einem Bereich Sinn erlebt, zum Beispiel bei der Arbeit, dann steigt das Engagement, Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit verbessern sich. Das Erleben von Sinn führt auch dazu, daß Menschen mit Schicksalsschlägen, Streß und Krankheiten besser fertig werden. Umgekehrt kann man sagen: Wenn Sinn fehlt, dann kommt es zu Depressionen, innerer Kündigung, Aggressivität, Alkoholismus, Drogenkonsum oder sogar zum Suizid (1)

Nietzsche hatte somit Recht: „Wer ein „Warum“ zum Leben hat, erträgt beinahe jedes „Wie“. Menschen leiden aber auch unter Ungerechtigkeit (und damit ethischer Sinnlosigkeit). Mit dieser geht nämlich die Bedrohung des Glaubens an eine gerechte Welt einher.

Dieser Glaube an eine gerechte Welt ermöglicht es den Menschen, ihrer Umgebung so zu begegnen, als sei sie stabil und geordnet, und er stattet sie mit der Überzeugung aus, auch selbst gerecht behandelt zu werden. Neuere Forschung verweist darauf, daß der Glaube an eine gerechte Welt zu den zentralen Merkmalen einer sozial verantwortlichen Persönlichkeit zu gehören scheint ... Entwicklungspsychologisch ist der Sinn für Gerechtigkeit als ein hochdifferenziertes kognitives Beurteilungskriterium schon bei kleinen Kindern gut ausgeprägt. Insbesondere steigert der Glaube an eine gerechte Welt das Interesse, Ungerechtigkeiten auf ein handhabbares Maß zu reduzieren.

Wohl nicht zuletzt wegen der Tendenz, den eigenen Lebenslauf als im großen und ganzen gerecht zu rekonstruieren, sind Menschen mit einem ausgeprägten Glauben an eine gerechte Welt auch allgemein mit ihrem Leben zufriedener. Dieser Zusammenhang konnte zwischenzeitlich für Studierende, querschnittgelähmte Unfallopfer, Väter und Mütter von Risikokindern, Arbeitslose und Töchter, die ihre pflegebedürftigen Mütter versorgen, belegt werden. Sie alle waren um so zufriedener mit ihrem Leben, je mehr sie an eine gerechte Welt glaubten (2)

Der Sinn für Gerechtigkeit impliziert schließlich die große Bedeutung der Ethik; diese aber wird dem Menschen nicht philosophisch-konstruktiv-beliebig relevant, sondern zuallererst im Rahmen religiöser Systeme, die sein Bedürfnis nach Sinn und Gerechtigkeit tief ansprechen. Da die Religionen als einzige Erkenntnisssysteme dem Leben und dem Leiden nicht vom Schreibtisch des Intellektuellen, sondern fundiert in

langer gelebter Tradition Sinn zuschreiben, sind sie - vor aller Philosophie und Politik - die treibende Kraft der großen menschlichen Leistungen; letztere mögen negativ in Form von politisch oder religiös motivierten Kriegen oder auch in Form von psychischen Deformierungen oder positiv in Form ethisch-menschlich und kulturell höchster Leistungen sein. Die anscheinend ebenfalls so bewegende Kraft der Politik zieht ihm Kraft letztlich auch nur aus ihrem religiös-weltanschaulichen Charakter.

Nun machen Menschen in Todesnähe in der gesamten Menschheitsgeschichte und in allen Kulturen spontan genuin religiöse Erfahrungen, die sog. Nah- Todeserfahrungen oder near-death experiences (NDEs), die in allen Kulturen und zu allen Zeiten religionsgründend oder -verstärkend wirk(t)en. Diese Erlebnisse entsprechen formal den Oneiroiden (z.B. in komatösen Zuständen), unterscheiden sich aber inhaltlich von diesen in folgenden Punkten: Transkulturell gleiche Grundelemente in individueller Ausgestaltung, überwiegend positive mystisch-religiöse Bilder und Gefühle, photographisch genaue, distanzierte Wahrnehmung des Körpers und der Umwelt von oben, Welt- und Krankheitstranzendenz, offensichtliche Sinnhaftigkeit und deutliche (zumeist positive) Auswirkungen auf das weitere Leben (6; 11; 16; 20; 22; 42; 44; 45; 46; 47).

Nach einer repräsentativen Befragung von 2000 Deutschen haben knapp 5% aller Menschen in Deutschland solche NDEs erlebt (55); ihre Häufigkeit in Todesnähe beträgt je nach Studie zwischen 0,5 und 100 Prozent (4). Während die Oneiroide in der deutschen Neurologie/Psychiatrie inzwischen rezipiert worden sind (52), gibt es dagegen nur wenige deutsche Untersuchungen von Nah-Todeserfahrungen (53; 54; 55). Aus diesem Grund sollen die Zwischenergebnisse einer ersten deutschen Fallsammlung aus 100 Nah-Todeserfahrungen im folgenden vorgestellt werden.

Ergebnisse

Die zumeist deutschen NDEr waren zum Zeitpunkt des NDEs in 10% d.F. noch Kinder im Alter von 5-13 Jahren, 18% waren Jugendliche (14-20 Jahre alt), 69% erwachsen (21-61 Jahre) und 3% über 62 Jahre alt. 65% waren Frauen, knapp die Hälfte der Probanden war verheiratet. 41 % hatten die Grundschule, 16% die Realschule, 7% das Gymnasium und 12% die Universität besucht.

45% der NDEr waren evangelisch, 31% katholisch; nur 25% beschrieb sich jedoch als religiös; die Mehrzahl (29%) schätzte sich als wenig bzw. durchschnittlich religiös ein, 17% hielten sich für gar nicht religiös. Die Tatsache, daß die meisten (63%) NDEr kein Vorwissen bezüglich diese Erlebnisse hatte, bestätigt die Aussage vieler Untersuchungen, daß die relative Einheitlichkeit der NDEs nicht durch entsprechende Vorinformation der NDEr erklärbar ist (38; 49; 50; 58).

Die Untersuchung der Erkrankungen, die zum NDE führten - dabei wurden die entsprechenden Angaben der NDEr benutzt, die zuweilen durch ärztliche Unterlagen ergänzt waren - ergab folgende Auslöse-Situationen in abnehmender Häufigkeit (s. Tab 1). Die meisten NDEs (90%) traten danach i.R. von lebensbedrohlichen Erkrankungen auf; in zwei Fällen waren die Betroffenen sogar schon für tot erklärt worden. Dabei dominierten NDEs im Rahmen von intraoperativen Zwischenfällen (19%) und bei von Verkehrsunfällen (14%) - Situationen also, in denen die NDEr immer (durch Narkotika) oder aber zum Teil (traumatisch) äußerlich scheinbar bewußtlos gewesen sind. Dasselbe gilt - zumindest für kurze Zeit - für die nächsthäufigen Auslöser (Beinahe-)Ertrinken, Komata und mittelschwere bis schwere Schädel-Hirntraumata, die zusammengenommen weitere 21 % der NDEs auslösten. Die Vielzahl der möglichen Auslöser bestätigt die Ergebnisse anderer

Untersuchungen, daß das Auftreten von NDEs unabhängig von dem jeweiligen Auslöser (und damit der medizinischen Umstände) ist.

Tab.2: Auslöser der Nah-Todeserfahrungen (NDE)

Intraoperative Zwischenfälle	19%
Verkehrsunfälle	14%
Ertrinken	8%
Komata (unterschiedlicher Genese)	7%
Schädel-Hirn-Traumata (mittelschwer bis schwer)	6%
Kardiale Notfälle (Infarkt, Rhythmusstörung)	6%
Pulmonale Notfälle (Embolie, Pneumonie, Ersticken)	6%
Blutverluste	4%
Suizidversuch (Medikamente, Heroin, Kopfschuß)	3%
Gastrointestinale Notfälle (Peritonitis, Perforation)	3%
Verbrennungen	2%
Hohes Fieber	2%
Hochgradiges Guillain-Barré-Syndrom	1%
Hirnmassenblutung (links-temporal)	1%
Schwere Erkrankung unklarer Genese	1%
Medikamentennebenwirkung	1%
Komplizierte Totgeburt	1%
Anaphylaktischer Schock	1%
Bauchschuß	1%
Verhungern	1%
Stromschlag	1%
Tetanus	1%

Bezüglich der Auslöser wurde wegen z.T. fehlender Angaben der NDEr keine 100% erreicht.

Affektiv dominieren sehr angenehme Gefühle von Ruhe, Friede, Wohlbefinden. Freude oder Glück; drei Viertel der Betroffenen berichten über eine gesteigerte Lebendigkeit der Wahrnehmung, die alle NDE-typischen Elemente betreffen kann. Weitere wichtige formale Kennzeichen sind eine Beschleunigung mentaler Prozesse wie der Zeitwahrnehmung und der Gedanken bis hin zum schnellen Ablauf von Bildern aus dem eigenen Leben. Alle typischen - transkulturell ähnlichen - NDE-Elemente traten in der von ihnen bekannten Häufigkeit auf:

Tab.2: Häufigkeit verschiedener NDE-Elemente (Mehrfachnennungen), n =100

Gefühl von Ruhe, Friede oder Wohlbefinden	89%
Gefühl von Freude oder Glück	80%
Lichtwahrnehmung	77%
Gesteigerte Lebendigkeit der Wahrnehmung	75%
Eintritt in eine überirdische, jenseitige Welt	63%
Außerkörperliche Erfahrung (OBE)	61%
Beschleunigter Zeitablauf/ Zeitlosigkeit	59%
Wahrnehmung der Realität	48%
Beschleunigung der Gedanken	47%
Tunnelphänomen	47%
Einheits erleben	38%

Allverstehen/ Allwissenheit	33%
Begegnung mit mystischen Wesen	32%
Ablauf von Ereignissen der eigenen Vergangenheit	30%
Erreichen einer Grenzzone	29%
Begegnung mit Verstorbenen/ religiösen Figuren	27%
Wahrnehmung von Musik	24%
Präkognition	3%
NDE-untypische, traumhaft-oneiroidale Komponenten	27%

Oneiroidale, also idiosynkratische individuelle Bilder beinhaltende Traumsequenzen fanden sich bei diesen Erlebnissen nur in 27% d.F. auf, was den Status der NDEs als Sonderform der Oneiroide bestätigt.

Fallbeispiele

Zur besseren Verständlichkeit der NDE-Auslöser und der NDE-Phänomenologie sollen im folgenden drei vollständige Nah-Todeserfahrungen in den Worten der NDEr selbst wiedergegeben werden:

Fall 1 NDE eines polnischen katholischen Mädchens im Alter von 7 Jahren (im Jahr 1984), die in Polen beim Schwimmen beinahe ertrank und kein Vorwissen über NDEs hatte:

Meine Eltern und ich waren in Polen schwimmen. Ich verlor plötzlich den Grund unter den Füßen. Plötzlich stehe ich auf der Wiese und sehe, wie mein Vater zu meinem Körper schwimmt. Ich sah, wie mein Vater meinen Körper herausholt. Ich hatte ein wunderbares Gefühl und werde es nie vergessen. Es war etwas Ruhiges. Als wäre ich neu geboren. Ich hatte keine Probleme mehr. Ich sah, wie mein Vater mich raus zog. Jemand hat zu mir gesagt: Du mußt wieder zurück. Ich sah, wie mein Vater vor meinem Körper kniete und wie meine Mutter weinte. Ich weiß nicht, wie ich in meinen Körper zurückgekommen bin

Fall 2 NDE eines ostdeutschen Mannes LA. von 19 Jahren (im Jahr 1973) bei einer Bauchschoßverletzung an der DDR-Grenze (mit Perforation des Magens, Duodenums, Colons, multiplen Leberrupturen, kotiger Peritonitis etc.):

Als ich getroffen war, habe ich keinerlei Schmerzen verspürt. Ich sah nur noch Bilder (wichtige Stationen meines Lebens) an mir in schneller Folge vorüberziehen, bis zurück zu meiner Kindheit. Dann habe ich die ganze Situation von oben gesehen und bin über das Gelände geschwebt. Ich habe 4 Soldaten gesehen, die sich an mir zu schaffen machten. Sie haben mich getreten und weggetragen. Dann sah ich nur mich und alles andere war weg. Es erschien ein grelles Licht und ich schwebte langsam darauf zu ... während der ganzen Zeit verspürte ich keinerlei Schmerzen, im Gegenteil, ich dachte, das geht dich nichts mehr an

Fall 3 NDE eines evangelischen technischen Angestellten LA. von 44 Jahren (im Jahr 1983) im Rahmen einer Reanimation zehn Tage nach einem Herzinfarkt, der schon für tot gehalten wurde:

... Mein Zustand verschlechterte sich derart, das man mich auf gegeben hatte und ich durch den anwesenden Chefarzt für tot erklärt wurde... Anschließend sollte sie mich in die Leichenhalle fahren ...

Da man mich mit einem Tuch abgedeckt hatte, stellte die Schülerin fest, das sich dieses im Bereich meiner Nase bewege. Hierauf erfolgte eine erneute Reanimation, und während dieser Phase hatte ich das, was man als NDE bezeichnet... Ich befand mich wie auf einer Ebene, die wie eine Bühne aussah und in der hinteren rechten Ecke eröffnete sich ein Tunnel oder eine Röhre aus welcher ein Licht in einer Dimension erstrahlte, wie man es nicht oder schlecht beschreiben kann.

Dabei bewegte ich mich tiefer in diesen Tunnel, wobei ich nicht sagen kann, ob ich gegangen bin oder der Tunnel auf mich zukam. Am Ende des Tunnels kam ich wie auf eine Wiese, wobei ich ein Farbenspiel sah oder erlebte, wie man nicht beschreiben kann. Pastell-Töne von einer Zartheit das man sich daran nicht hätte sattsehen können.

Wie aus einem Bodennebel erschienen mir drei Personen, von denen ich die beiden vorderen als meine Großeltern erkannte. Meine Großmutter hob beide Arme in Brusthöhe und streckte mir die Handflächen entgegen, wie in einer Abwehrbewegung, komm bitte nicht näher. Von diesem Moment begann sich das Bild von mir weg zu bewegen, ich sah wieder den Tunnel mit dem hellen Licht und dann verschwand alles.

NDE-Auswirkungen: - Nah-Todeserfahrungen als Grundlage neuer Sinnfindung

Bezüglich der NDE-Auswirkungen sind (bei 66% der Untersuchten) eine deutliche Abnahme der Angst vor dem Tod (als Ende) bei gleichzeitig deutlicher Zunahme des Glaubens an ein Leben nach dem Tod (bei 73% der NDEr) am auffälligsten. Diese Zunahme einer primär religiösen Überzeugung geht gleichzeitig mit einer Zunahme im weitesten Sinne religiöser Werte einher; zu letzteren zählen eine Zunahme des Wunsches, anderen zu helfen (in 61% d.F.), eine Zunahme spiritueller Interessen (in 47% d.F.) und religiöser Gefühle (in 67% d.F.), eine Zunahme der Wertschätzung des Lebens (in 51 % d.F.) und der Sinnhaftigkeit des Lebens (in 68% d.F.) sowie eine Zunahme des Glaubens an eine höhere Macht (in 67% d.F.). Diese Ergebnisse bestätigen die vieler anderer Untersuchungen (49).

So zählt die Zunahme des Glaubens an ein Leben nach dem Tod zu den durchgängigsten und stärksten Veränderungen nach den NDEs überhaupt (27; 49; 51; 55; 57; 58) und scheint mit der Tiefe des NDEs zu korrelieren (3). Sie zeigt sich besonders deutlich im Vergleich mit Menschen, die auch dem Tod nahe waren, jedoch kein NDE erlebt hatten (50): Alleinige Todesnähe ohne NDE führt dabei nicht zur Zunahme des Glaubens an ein Leben nach dem Tod (9).

Der Kardiologe Sabom fand zum Beispiel beim Vergleich von 61 NDErn mit 45 Non-NDErn - beide Gruppen hatten eine vergleichbare lebensbedrohende, nicht operationsbedingte Krise hinter sich - , daß es bei 47 NDErn, aber bei keinem Non-NDEr zu einer Zunahme des Glaubens an ein Leben nach dem Tod kam. Parallel kam es bei 50 NDErn zu einer Abnahme, bei keinem zu einer Zunahme der Todesfurcht, während 5 Non-NDEr eine Zunahme, 39 keine Veränderung und nur einer eine Abnahme der Todesfurcht beschrieben. Giese Unterschiede waren größtenteils statistisch signifikant (51).

Aufgrund dieser Datenlage und aus religionsgeschichtlicher sowie religionspsychologischer Sicht ist somit davon auszugehen, daß der Jenseitsglaube aller Völker dieser Erde auf Nah-Todeserfahrungen beruht; dies würde zumindest die Ähnlichkeit des Jenseitsglaubens aller Völker erklären (9)! Tatsächlich beruhen gar einige (große) Religionen direkt und vollständig auf Nah-Todes- und ähnlichen religiösen Erfahrungen, so wie praktisch alte Religionen ihren Ursprung in religiösen Erfahrungen

im weitesten Sinne haben; ein wichtiges Beispiel dafür ist der chinesische Pure Land Buddhismus, eine der größten buddhistischen Richtungen überhaupt (4).

Der Glaube an ein Leben nach dem Tod wirkt nun nachgewiesenermaßen auch suizidpräventiv. Dementsprechend wundert es nicht, daß NDEs ebenfalls zumeist suizidverhütend wirken, da sie diesen Glauben so deutlich verstärken (27; 50;58). Das gilt selbst für die, die in verzweifelterm Zustand einen Suizidversuch gemacht hatten und dabei ein positives NDE erlebten, das sie zu einem erneuten Suizidversuch zur Wiederholung dieser Erfahrung anregen könnte (9). Sogar das bloße Lesen von NDEs hat in einer Untersuchung an suizidalen Menschen einen Suizid weniger attraktiv und das Leben sinnvoller erscheinen lassen (56).

Dabei sind es u.a. das Gefühl, mit einem Ganzen zu verschmelzen, eine "Dekathexis" der Probleme, der Glaube, daß das Leben wertvoll und bedeutungsvoll sei, ein ausgeprägteres Realitätsgefühl, erhöhte Selbstachtung (weil der Tod nicht das Ende ist oder weil man es wert war, gerettet zu werden) (58,366), die einen erneuten Selbstmordversuch verhindern. Grund für die suizidpräventive Wirkung der NDEs ist aber auch die zuweilen ganz offensichtliche Warnung innerhalb der NDEs selbst, daß ein Selbstmordversuch immer falsch sei (27).

Für einen Zusammenhang zwischen den suizidpräventiven und den anderen Auswirkungen der NDEs spricht dabei die Tatsache, daß die im NDE - z.B. in der Lebensrevision - immer wieder einmal gemachte Erfahrung, daß alles im Leben - auch das größte, scheinbar ungerechte Leid - einen Sinn hat, sowohl für die suizidpräventive Wirkung wie auch für die Zunahme der Religiosität bzw. der ethischen Orientierung eine Rolle spielt (9; 50; 58). Damit bestätigen sich die schon in der Einleitung beschriebenen Zusammenhänge.

Für diese Bedeutung der Lebensrevision im NDE gibt es nicht nur anekdotische Hinweise; bestätigt werden diese Angaben z.B. durch die bisher vorliegenden Untersuchungen zur therapeutischen Wirkung von Lebens-Reminiszenzen bzw. einer Lebens-Revue. Letztere sollen bei älteren Menschen zu gesteigerter Lebenszufriedenheit mit einer Reduktion von Depressivität und einer Verbesserung von sozialer Integration und Gesundheit führen. Insbesondere soll ein Lebensrückblick bei Älteren mit Ego-Integrität, sozialer Aktivität, einem verbesserten Selbstkonzept, weniger Angstzuständen, verbesserten kognitiven Funktionen bei Frauen, einer Lösung an stehender Lebensaufgaben und mit einer geringeren Verdrängung des Todes korrelieren (48).

Weiterhin sind sich die meisten NDEr - gegen alle (wissenschaftlichen) Zweifel - sicher, daß es Gott gibt (21; 27; 37), egal ob sie vorher an ihn geglaubt haben oder nicht (5; 49). In einer neuere Untersuchung von 51 NDEr nahm der Anteil derjenigen NDEr, die mit absoluter Sicherheit an Gott glaubten, z.B. von 24 auf 82 Prozent zu (6). Überhaupt kommt es zu einer deutlichen Zunahme der Religiosität im weitesten Sinne (49).

In Einzelfällen wird von einer größeren Mitleidsfähigkeit, größerer Dankbarkeit (18), mehr (bedingungsloser) Liebe (anderer, ja aller Menschen), mehr Geduld mit anderen (27; 49), von mehr innerem Frieden (7), mehr Verantwortlichkeit, einer größeren Bereitschaft zum Dienen (27), aber auch von einer z.T. statistisch signifikanten Zunahme der Gebets- und Meditationspraxis berichtet; letztere wird auch tiefer, intensiver und wichtiger für den NDEr. Auch das größere Interesse an sozialer Gerechtigkeit kann als im weitesten Sinne religiöse Veränderung gesehen werden.

In diesem Zusammenhang ist auch als z.T. signifikante NDE-Folge die Abkehr von einer materialistischen zugunsten einer dem Nächsten dienenden Lebensweise zu erwähnen, die oft wohl auf einem größer werdendem Mitgefühl und mehr Liebe zum Nächsten beruht (5; 6; 27; 49; 50; 51). Tatsächlich kann es nach einem NDE auch zur Berufsaufgabe kommen, wenn dieser zu materialistisch orientiert war (49).

NDEs könnten somit aufgrund ihrer religionsfördernden Effekte die Erkenntnisse vieler Studien zur Auswirkung eines (gesunden) religiösen Glaubens bestätigen:

Wer an einen gütigen Gott oder eine andere positive transzendente Kraft oder auch "nur" an einen tieferen Sinn im Leben glaubt,

- bewältigt Lebenskrisen, Stress und psychosoziale Konflikte leichter: Glauben begünstigt effektive "Coping"-Strategien
- ist deshalb weniger anfällig für stressbedingte und psychosomatische Krankheiten: Glauben wirkt präventiv,
- bringt, falls er dennoch einmal erkrankt, mehr Vertrauen auf den Heilungsprozeß auf und fördert ihn so: Glauben begünstigt die Genesung
- konsumiert weniger Alkohol, Zigaretten und andere Drogen als Nicht-Gläubige und ist entsprechend weniger durch Sucht oder andere negative Folgen dieses Konsums gefährdet: Glauben beeinflusst den Lebensstil im Sinne von gesünderen Gewohnheiten
- kann das Sterben leichter akzeptieren und erlebt die letzte Lebensphase weniger angstvoll und verzweifelt (8; s.a.10; 11).

All dies gilt besonders für alte Menschen, die durch ihre Religiosität vor Sinn- und Wertverlust geschützt sind und eine deutlich höhere (soziale) Lebensqualität aufweisen: Je religiöser ältere Menschen ... desto intensiver nehmen sie am Gemeinschaftsleben teil, pflegen ihre zwischenmenschlichen Beziehungen in Ehe, Freundschaft, Nachbarschaft oder Gemeinde und kümmern sich um hilfsbedürftige Mitbürger oder Heimbewohner ... Der Glaube hilft den Alten... , den Gedanken an den Tod zu bewältigen oder mit Verlusten und Kummer im Dasein besser umgehen zu können. Der Glaube schafft gerade im Alter eine so umfassende existentielle Integration, daß er für viele Senioren eine Art leibseelischer Jungbrunnen zu sein scheint: So fanden die Gerontologen, daß religiöse Alte im Vergleich mit ungläubigen Altersgenossen hoffnungsvoller und optimistischer eingestellt sind, einen größeren Selbstwert besitzen, das Leben besser kontrollieren, sich nicht so einsam oder unglücklich fühlen, sehr viel weniger unter depressiven Erkrankungen leiden und Stress besser bewältigen. Kurz: Wer im Alter an Gott und die göttliche Liebe im Menschen glauben kann, lebt insgesamt sehr viel gesünder und glücklicher.

Die Daten sind so deutlich - Religiosität hat auch einen stärkeren Einfluß als Einkommen, Bildung oder die Anzahl der Lebensjahre -, daß Psychologen und Soziologen Religiosität nicht mehr länger als Realitätsflucht interpretieren oder in unmittelbare Nähe zu neurotischen Verhaltensdispositionen rücken können (11).

Dementsprechend scheint regelmäßiger Gottesdienstbesuch mit größerer Lebenszufriedenheit einherzugehen (10). Andererseits neigen Menschen, die in der Furcht leben, für ihre Sünden von einem strengen Gott bestraft zu werden und die diese Strenge auch in ihrer Glaubensgemeinschaft als "emotionales Klima" erleben, ... sogar stärker zu Depressionen, Ängsten und psychosomatischen Störungen als NichtReligiöse. Umgekehrt fördert der Glaube an einen wohlwollenden, freundlichen Gott, der menschliche Schwächen nachsichtig beurteilt, in Verbindung mit emotionaler Geborgenheit in einer (Glaubens-)gemeinschaft das psychische und körperliche Wohlbefinden deutlich ... Nur wer "Ioslassen"

und sein Schicksal vertrauensvoll in die Hand Gottes (oder einer anderen höheren Macht) legen kann, profitiert von der gesundheitsfördernden Kraft des Glaubens. Typisch für diese Haltung sind Gebete des Typs "Dein Wille geschehe". Dagegen zeitigt ein "berechnender", extrinsisch motivierter und auf Wirkung kalkulierter Glaube keine positiven Gesundheits-Effekte (8; s.a. 10; 11).

Weit über 200 Studien haben dann auch gezeigt, daß intrinsische, also überzeugungsgeleitete Religiosität bessere Psychohygiene-Werte erzielt als eine extrinsische, mitläuferische und nutzenorientierte Religiosität (10). Der Klinische Psychologe David Larson kam dementsprechend in einer Auswertung aller zwischen 1978 und 1989 erschienenen Studien der zwei wichtigsten amerikanischen psychiatrischen Fachzeitschriften zum Zusammenhang zwischen Glauben und psychischer Gesundheit zu folgendem Ergebnis: Religiosität wirkt sich in 84 Prozent der Fälle positiv aus, in 13 Prozent neutral, und nur bei 3 Prozent erwies sich Gläubigkeit als gesundheits-abträglich (8).

All diese Ergebnisse erklären auch die Tatsache, daß die Auswirkungen der NDEs sehr den - im weitesten Sinne religiösen - Konzepten mancher Suchtgruppen (z.B. dem Zwölf-Punkte-Programm der Anonymen Alkoholiker) ähneln (14). Die bekannte NDE Forscherin Barbara Harns betrachtet das 12-Punkte-Programm gar als beste Ausdrucksform für die Konsequenzen der NDEs, womit sie besonders auch die negativen NDEs miteinbezieht (14). Insofern wäre in dem Zwölf-Punkte-Programm der Suchtgruppen eine erste konkrete und wegweisende Umsetzung der Mechanismen der NDE-Effekte in psychotherapeutische Strategien zu sehen.

Dieser Zusammenhang deutet an, daß auch die Suchtkranken eigentlich auf der Suche nach mystisch-religiösen Erfahrungen und damit nach der Auffüllung wichtiger emotionaler Defizite sind. Suchtkrankheiten lassen sich somit auch als über das jeweilige Suchtmittel zumindest in Ansätzen realisierte Bewußtseinserweiterung verstehen, deren Erfüllung bzw. Vervollständigung durch die spontane oder therapeutisch induzierte mystische Erfahrung alle Defizite auffüllen und so die Sucht in ihrem Kern heilen kann, wie das z.B. von spontanen (NDEs) oder künstlich induzierten religiösen Erfahrungen berichtet wird (43).

So nehmen nach Ansicht des Göttinger Pharmakologen Prof.Dr.Poser wie des Religionswissenschaftlers W. James viele Menschen nur Drogen, weil sie den Zugang zur Religion nicht gefunden haben; zumindest würden einige Drogen zu begrenzten mystischen und damit den religiösen Erfahrungen führen, nach denen jeder Mensch sich sehnt. Die Kur der dipsomania ist religiomania, sagte William James) (36), was in der Behandlung Suchtkranker immer wieder gesehen wird.

Tatsächlich sind Hoffnung (auf Besserung bzw. Heilung), Glaube (an die diesbezüglichen eigenen Möglichkeiten und die des Therapeuten) und schließlich die Erfahrung der Liebe bzw. der eigenen Liebesfähigkeit die wichtigsten Elemente jeder Psychotherapie (36; 43). Gleichzeitig sind Glauben, Hoffnung und Liebe aber auch die wichtigsten religiöse Werte von Hochreligionen wie dem Christentum, deren Erleben im positiven NDE viele entsprechende (emotionale) Defizite bei psychisch Kranken füllt, was besonders zur Heilung von Suchtkrankheiten führen kann (8; 10; 36; 43).

Diese Erkenntnisse korrelieren mit denen von über 200 Studien, die eindeutig gezeigt haben: Je mehr die Befragten Religion für wichtig halten und je regelmäßiger sie den Gottesdienst besuchen, desto weniger wahrscheinlich sind sie von Alkohol, Drogen oder Medikamenten abhängig (10).

Nun klingt dieser Überblick über mögliche NDE-Auswirkungen geradezu sensationell. Doch muß vor einer Überschätzung der NDE-Auswirkungen gewarnt werden, da nur wenig qualitativ ausreichende Untersuchungen zu diesen Wirkungen gibt und diese zumeist nur auf retrospektiven Selbsteinschätzungen beruhen. Will man die ethische Entwicklung von Menschen sicher beurteilen, so muß man z.B. die Kohlberg und Fowler-Skalen verwenden, die bisher nur einmal auf NDEr angewandt wurden.

Kohlberg unterscheidet 7 Stadien und 4 verschiedene Entwicklungsgrade moralischer Reife, wobei sich die meisten Erwachsenen im dritten und vierten Stadium befinden sollen. Stadium 3 ist dabei durch eine verwandtschafts- und gemeinschaftsbezogene Wertorientierung geprägt, die dem Reziprozitäts-Gesetz gehorcht. Im Stadium 4 stehen die zugrunde liegenden Gesetze und damit ein über das Gewissen geregelter größerer Bezug auf das System im Vordergrund. Im Stadium 5 verlagert sich die moralische Autorität mehr in das Innere des Betreffenden und ist weniger von äußeren, konventionellen Werten bestimmt. Gleichzeitig ist diese moralische Position weniger ich-zentriert, umfaßt noch weitere Bereiche.

Stadium 6 wird nach Kohlberg nur von sehr wenig Menschen erreicht; es beinhaltet ein universelles, klares moralisches Prinzip der Gerechtigkeit und des Respekts für andere, das eine religiöse Orientierung beinhaltet und vom Betroffenen diszipliniert eingehalten, ja für ihn über allen Werten steht. Nach Kohlberg haben nur Menschen wie Jesus, Mohammed oder Martin Luther King dieses Niveau erreicht. Stadium 7 schließlich ist ein moralischer Entwicklungsgrad, bei dem der Betroffene selbst das kosmische Prinzip der Agape-Orientierung ganz und gar verinnerlicht hat und so repräsentiert (15).

Im höchstem Stadium des Fowler-Inventars des Glaubens (und der moralischen Entwicklung) wiederum dient der Betreffende der Transformierung aller, indem er absolute Liebe und Gerechtigkeit unabhängig von allen persönlichen Nachteilen diszipliniert zu realisieren versucht. Demnach soll in diesem Stadium das im Stadium 5 nur Erkannte auch realisiert werden. Nach Fowler wird dieses Stadium jedoch nur von wenigen Menschen wie z.B. Ghandi, Dietrich Bonhoeffer oder Martin Luther King in seinen späten Jahren erreicht. (15).

Das Erstaunliche an der bisher einzigen, wenn auch nur an drei NDErn nach den oben genannten Skalen durchgeführten Untersuchung der Psychotherapeutin Newsome ist nun, daß keiner der Untersuchten ein wirklich herausragendes Ergebnis auf diesen Skalen erzielte. Im Kohlberg-Inventar lagen zwei nur im Normbereich (Stufe 3 bzw. 3/4), nur der dritte von Kindheit an schon religiös engagierte methodistische NDEr erreichte die Stufe 4/5. Die Bewertung der Glaubens-Entwicklung waren bei den beiden im Kohlberg-Inventar niedrig scorenden NDErn ebenfalls relativ niedrig, nämlich im Bereich 2,25 und 3,25, d.h. nach Fowler noch nicht bzw. gerade erst im Bereich der erwachsen werdenden Glaubensformen. Wiederum erreichte nur der methodistische NDEr einen relativ hohen Wert von 5. Auf der Levinger Skala schließlich lagen die genannten zwei NDEr im durchschnittlichen Erwachsenenstadium 3/4, nur der Methodist erreichte Stadium 4 (15).

Im Gegensatz zu dem methodistischen, hoch scorenden sind die beiden niedrig scorenden NDEr weder vor noch nach ihrem NDE einen engagierten religiösen Weg gegangen (15). Genau das aber zeigt sich in den gemessenen Scores: Die hohen Werte des religiös engagierten Methodisten spiegeln also die Auswirkungen seiner allgemeinen Religiosität wieder, in die sein NDE nur eingebettet ist und allenfalls unterstützend gewirkt hat!

Gerade die deutlich besseren Ergebnisse des religiöser erzogenen methodistischen NDErs deuten also darauf hin, daß die bei ihm gemessenen Werte nicht Folge des NDEs, sondern Folgen eben dieser religiösen Orientierung sind, die vom NDE allenfalls noch verstärkt wurde. Das nur normale Abschneiden der anderen beiden NDEr würde dann bedeuten, daß die Auswirkungen von NDEs zumindest bei diesen beiden die einer religiösen Orientierung niemals erreichen!

Diese Interpretation wird auch durch die Aussagen des methodistischen NDErs selbst gestützt; dieser hält sein NDE nur für einen Teil seines Lebens und lehnte es ab, ihm eine besondere Bedeutung für etwaige Veränderungen seines Selbst zuzuschreiben (15)! Damit sind frühere erste Annahmen, daß NDEr sich (automatisch) moralisch i.S. des Kohlberg-Index entwickeln, vorerst kritisch zu betrachten, zumindest angesichts dieser, wenn auch, was die Zahl der Untersuchten betrifft, nur kleinen Studie.

Wenn also wie in der Untersuchung Newsome's keine konkreten, sichtbaren Auswirkungen erkennbar sind und ein religiös engagierter Mensch die NDEr in seinem ethischen Entwicklungsgrad deutlich übertrifft, so handelt es sich bei anderslautenden Postulaten (Rings beispielsweise) zumindest teilweise um unzureichend begründete bzw. nur von den NDErn selbst bzw. Autor aufgestellte überzogene Behauptungen! Ring ist dementsprechend gerade dabei, seine bisherigen überzogenen Behauptungen über den neuen (Omega-)Menschen mit Nah-Todeserfahrung zurückzunehmen!

Wenn es sich auch nur um eine kleine Untersuchung handelt, so bestätigt sie auch meine Einschätzung der von mir bisher untersuchten 100 Fälle in ihren konkreten und langfristigen Auswirkungen. Die Gründe für eine solche Diskrepanz zwischen vielen euphorisch berichteten außergewöhnlichen Einzelfall-Auswirkungen und den konkret gemessenen Werten bei den drei NDErn Newsome's deuten sich in der Aussage an, daß die bei dem methodistischen NDEr gemessenen Werte nicht Folge des NDEs, sondern Folge seiner religiösen Orientierung sind, in die er sein NDE hineinbringt und die damit unterstützt wird.

Es ist also die - im Gegensatz zu den NDE-Elementen und den generellen religiösen Auswirkungen - außerordentlich variante Interpretation des NDEs im Rahmen der unterschiedlichen Weltanschauungen, die deren mittel- und langfristige Auswirkungen bestimmt. Und diese sind in der Tat sehr unterschiedlich - abhängig von der mentalen, kulturellen und religiösen Position (und Reife) des NDErs (3; 17; 55). Die NDE-Interpretationen der NDEr selbst sind also grundsätzlich abhängig von seiner Religion, Kultur und seinen spezifischen - bewußten oder unbewußten - Erwartungen und damit seiner Persönlichkeit (16; 24; 38; 55).

Christlich orientierte Menschen halten z.B. das Licht - bzw. die mit ihm verbundene Stimme - dementsprechend für Gott oder aber auch für Jesus, andere sehen in ihm Engel oder einfach ein göttliches Wesen (3; 18; 19; 38; 51; 58). Tibetanische Buddhisten wiederum interpretieren das helle klare Licht dagegen nur als eine Widerspiegelung des allerhöchsten Bewußtseinszustandes des Menschen (25); für Zen-Buddhisten ist es das Satori (43).

Eine willkürliche, in sich widersprüchliche Auffassung vertreten auch viele inzwischen sehr populär (und esoterisch) gewordenen NDE-Forscher wie zum Beispiel K. Ring. Nach dessen Auffassung sind nur die positiven NDEs nicht auf rein psychologische sowie neurophysiologische Prozesse zu reduzieren und verweisen damit auf etwas transzendent Reales, während er die negativen NDEs in typisch reduktionistischer Manier auf rein

psychologische und neurophysiologische Ursachen zurückführt und ihnen jeden Hinweis auf eine transzendente Realität abspricht. NDEr stellen für ihn gar einen neuen (Omega-)Menschentyp dar (49).

Gleichermaßen kurzschlüssig sind die Behauptungen Rings (und von Jankovic's), daß im Rahmen des Lebensfilms eine Vergebung der Sünden erfolge. Auch E.Kübler-Ross vertritt eine gefährlich simplifizierende Theorie der Realität der NDEs. Für sie verläßt die Seele im OBE den Körper, um dann in eine ätherische Welt einzutreten, von der aus die physikalische Realität noch wahrgenommen, aber nicht mehr mit dieser Kontakt aufgenommen werden kann. Auch die zumeist danach auftauchenden Geistwesen interpretiert Frau Kübler-Ross als reale Wesen (und pflegt dementsprechend schon in diesem Leben den Kontakt mit 'Geistern'). Nach der Begegnung mit dem Licht und der Lebensbewertung kommt es ihrer Meinung nach dann zumeist zur Wiedergeburt auf Erden (19; 26; 28). Aufgrund der zumeist positiven NDEs verspricht E.Kübler-Ross dann auch (fälschlicherweise) allen Menschen nach ihrem Tod das Paradies und damit eine Heimkehr ins Licht (26; 28).

Esoterisch-oberflächlich und falsch sind auch die Behauptungen von Frau Kübler-Ross, daß alle Menschen im Moment des Todes das gleiche erleben, unabhängig von Religion und Kultur. Daß die den NDEr empfangenden religiösen Figuren trotz der ihnen von den NDErn zugeschriebenen gleichen Identität ('Jesus', 'Maria') unterschiedlich aussehen, daß die erscheinenden Verstorbenen äußerlich unseren Vorstellungen entsprechen und kulturspezifisch völlig unterschiedliche 'Jenseitslandschaften' erlebt werden, scheint Frau Kübler-Ross nicht zu wissen oder einfach nicht zu berücksichtigen (26). Dementsprechend handelt es sich bei den Erscheinungen Verstorbener für Kübler-Ross immer ohne weiteres um reale Erscheinungen (26); sie scheint auch leichtfertig von der Existenz von Geistführern oder Schutzengeln auszugehen. Negative NDEs scheint Frau Kübler-Ross gar nicht zu kennen, so wie sie auch kritiklos annimmt, daß der OBER nicht mehr mit dem Gehirn verbunden, sein Körper ein ätherischer (29) und das Licht ein jenseitiges und kein physisches oder psychisches Phänomen sei (29). Wen wundert es, daß sie dann auch an die Reinkarnationslehre glaubt (29).

Tatsächlich werden auch in westlichen Ländern bei der NDE-Interpretation immer wieder einmal solche - empirisch, psychologisch und psychiatrisch unhaltbaren (59) - Reinkarnations-Ideen vertreten (30). Manche NDEr behaupten zum Beispiel, man könne nach dem physischen Tod auf der Erde wiedergeboren werden (5; 31). In einer Untersuchung an 33 NDErn nahm der Glaube an Reinkarnation z.B. von 39 auf 79 Prozent zu (32); zwei andere Untersuchungen bestätigten diese Zunahme des Glaubens an die Möglichkeit der Reinkarnation (33). Besonders die Psychiaterin E.Kübler-Ross hat sich im Rahmen ihrer thanatologischen Arbeit mehrfach zum Reinkarnationsglauben bekannt (26). Auch der Psychiater Moody hat inzwischen Nah-Todeserfahrungen mit Reinkarnationserfahrungen gleichgesetzt (35), und K.Ring führt die Reinkarnationsideen gar direkt auf NDEs zurück (34), obwohl Reinkarnationserfahrungen in psychiatrischer Sicht zu den dissoziativen Störungen zählen (33; 59).

Die NDErin Atwater erlebte z.B. in ihrem dritten NDE zwei Zyklone, in denen viele ihrer Bekannten herumwirbelten. Fremde Menschen in diesen Zyklonen deutet sie dabei als ihre früheren und späteren Leben, ohne dafür irgendeinen Anhalt zu haben. Dabei hatte sie in der Woche nach ihrem zweiten NDE unter Medikamenteneinfluß die Vision einer Regenbogen-Brücke, über die viele dünne Menschen schritten, die sie damals schon willkürlich als ihre früheren Leben deutete, zu denen ihrer Meinung nach auch ein Eidechsen-Leben auf einem Wasser-Stern zählte (5). Gerade in der reinkarnationistischen Deutung der NDEs zeigt sich die Subjektivität oder Willkürlichkeit der NDE-Deutung durch

die Erlebenden (und manche Interpreten); **es gibt nämlich in keinem NDE, egal in welchem Land oder zu welcher Zeit es sich ereignete, irgendeine Art von echter Reinkarnations-Erfahrung i.S. eines (nachweislich richtigen, nur über paranormale Leistungen zu erklärenden) Ablaufs eines anderen eigenen früheren Lebens im Rahmen des Lebensfilms! Das gilt auch für reinkarnationsgläubigen Kulturen.** Allenfalls werden ganz selten Kontakte mit fremden Menschen im NDE als frühere Leben fehlinterpretiert oder aber das eigene Reinkarnationskonzept traumhaft in das NDE (als Teil seiner oneiroidalen Elemente) eingearbeitet!

Im Gegensatz zu diesen esoterisch-heilsversprechenden NDE-Interpretationen der NDEs sind z.B. für die Autoren des Tibetischen Totenbuchs die NDE-Bilder rein mentale Produkte bzw. Projektionen des sterbenden Geistes, womit sie den wissenschaftlichen Erkenntnissen schon viel mehr entsprechen (39; 40). Manche asiatische Traditionen warnen dann auch vor einer falschen Erleuchtung in Form von schrecklichen oder angenehmen Visionen (eines Lichtes) (41).

Auch manche Christen sehen in dem Licht/Lichtwesen den als Engel des Lichtes verkleideten Satan (3; 19; 58) und halten NDEs und/oder die Interpretation des Lichtes als Gott dann auch für Teufelswerk, für einen Trick Satans, dessen Plan es sei, uns in falscher Sicherheit über das Leben nach dem Tod zu wiegen, uns zu okkulten Praktiken wie Astralreisen zu verleiten und uns zu verführen, den Vormarsch von Dämonen in Gestalt Verstorbener zu akzeptieren und uns eine säkulare (aber fundamental diabolische) Version der Errettung ohne Christus zu verkaufen (58,283). Sie begründen diese Auffassung dann auch - aus christlicher Sicht berechtigt - mit der Tatsache, daß die von dem Lichtwesen) gemachten Aussagen nicht mit der Lehre Jesu übereinstimmen oder daß die NDEr nach ihrem Erlebnis nicht mehr an die Bibel glauben oder aber dieser gegenüber indifferent sind (3).

Insgesamt deuten jedoch auch gläubige Christen Nah-Todeserfahrungen äußerst unterschiedlich: Während die einen in diesen Erlebnissen die ebengenannte teuflische Verführung sehen, fühlen andere sich in ihrer seelsorgerischen Arbeit und auch in ihrem Glauben an die traditionelle Lehre der Kirche bestärkt. Andere wiederum halten das Leben nach dem Tod - mit Recht - grundsätzlich nicht für beweisbar, sondern letztlich für eine Sache, die man glauben muß (3). Die willkürliche, unwissenschaftliche Subjektivität der NDE-Deutung durch die NDEr selbst zeigt sich auch darin, daß einige NDEr nach ihren Erfahrungen zu so genannten Medien oder gar Gründern einer neuen Religion zu werden versuchen. So predigt der Schweizer Architekt und NDEr Jankovich auf vielen esoterischen Seminaren seine NDE-Interpretation als neue Religion, und Frau Kübler-Ross verspricht allen Menschen den NDE-Himmel!

Die englische Neuropsychologin Susan Blackmore ist schließlich die renommierteste Vertreterin eher rein reduktionistischen Position. Sie davon aus, daß Religionen auf der Verleugnung des Todes basieren. Außerhalb der sichtbaren Welt, die sich im Rahmen einer ziellose Evolution ohne (Lebens)sinn entwickle, gibt es ihrer Meinung nach nichts, auch keinen Gott. Der Mensch bestehe nur aus einem Körper und einem informationsverarbeitenden Gehirn, das als modellbildendes System ohne individuelle Seele angesehen wird.

Das Ich sei ebenfalls nur eines dieser mentalen Modelle, wenn auch sehr komplex und mit dem subjektiven Aspekt des Selbstbewußtseins ausgestattet. In Wirklichkeit gebe es nicht einmal dieses Ich, das die Welt beobachtet, keine vom Ich getroffenen bewußten Entscheidungen und dementsprechend auch keine Verantwortung. Selbst mystische

Erfahrungen sind für sie nur weitere Modellentwürfe des Gehirns und NDEs reine Halluzinationen. Jeder Mensch sei demnach beliebig ersetzbar, das Leben des einzelnen de facto zwecklos (9).

Fassen wir zusammen: **NDEs können also bestenfalls - wie auch unter anderen Bedingungen auftretende mystische Erfahrungen - eine Umkehr induzieren und damit die Möglichkeit zu vermehrtem Wachstum eröffnen; dieses erfordert jedoch wie alle religiösen Wege harte Arbeit und Disziplin - und darin kann selbstverständlich auch der NDEr versagen! (5; 36). Wie künstlich induzierte mystische Erfahrungen sind NDEs somit allenfalls Katalysatoren für einen weiteren mühsamen Entwicklungsprozeß. Sie sind nur Wegweiser bzw. kurze Einblicke in bzw. Informationen über ein lohnenswertes Ziel. Der Weg dorthin muß weiterhin in spiritueller/religiöser Disziplin einer anthropologisch gesunden Religion gegangen werden (36); eine esoterisch-wahnhafte Religiosität als Interpretationsrahmen der NDEs macht die potentiell positiven Effekte der NDEs wieder zunichte.**

Nah-Todeserfahrungen sind also nur das Wasser für den Samen, den die religiösen, philosophischen oder gar politischen Weltanschauungen gelegt haben. Das Wasser des Nah-Todeserlebnisses läßt deswegen dann auch ganz unterschiedliche Pflanzen wachsen - mit guten oder schlechten Früchten. Damit erfüllt sich wieder ein altes Wort: „An ihren Früchten“ - und nicht an ihren Nah-Todeserfahrungen - „sollt Ihr sie erkennen" (Matt 7,16).

Literatur

1. Ist das Gut? Interview mit Stefan Schulz-Hardt: Psychologie Heute 10/1997,28-30
2. Dalbert C.: Verdientes Unglück: Warum Menschen glauben wollen, daß die Welt nach einem gerechten Plan funktioniert. Psychologie Heute 5/1998,59-61
3. Sabom M.: Light and Death, One Doctor's Fascinating Account of Near-Death Experiences. Michigan 1998
4. Becker CB.: The Centrality of Near-Death Experiences in Chinese Pure Land Buddhism. Anabiosis (The Journal for Near-Death Studies) Vol 1 No 2, 1981, 154-171
5. P.M.Atwater.: Coming Back To Life: The After-Effects Of The Near-Death Experience, New York 1989
6. Musgrave C.: The Near-Death Experience: A Study of Spiritual Transformation. Journal of Near Death Studies 3/15, 1997,187-201
7. Wren-Lewis J.: Aftereffects Of Near-Death Experiences: A Survival Mechanism Hypothesis. The Journal of Transpersonal Psychology 1994 (26/2), 107-115
- B. Ernst H.: Macht Glauben gesund? Psychologie heute 6/1997,21
9. Blackmore S.: Dying To Live: Science and the Near-Death Experience, Guemsey 1993
10. Grom B.: Gottesvergiftung oder Gottestherapie? Psychologie heute 6/1997,S. 22
11. Religion.: Jungbrunnen für Senioren? Psychologie heute 6/1997,27
12. Brunswig K, Das Licht: Erinnerungen an den Tod, Rosengarten 1992
13. Buckley P.: Mystical Experience and Schizophrenia. Schizophrenia Bulletin 7 (1981) 516-521
14. Ring K.: Solving the Riddle of Frightening Near-Death Experiences: Some Testable Hypotheses and a Perspective Based an A Course in Miracles. Journal of Near-Death Experiences 13/1, 1994, 5-24.
15. Newsome RD, Ego.: Moral, and Faith Development in Near-Death Experiencers: Three Case Studies. Journal of Near Death Studies 7/2, 1988, 73-105
16. Dinzelsbacher P.: An der Schwelle zum Jenseits: Sterbevisionen im interkulturellen Vergleich, Freiburg im Breisgau 1989
17. Hood RW Jr.: Differential Triggering Of Mystical Experience As A Function Of Self Actualisation. Review of Religious Research 18/3, 1977,264-270
18. Ring K, Rosing CJ.: The Omega Project: An Empirical Study of the NDE-Prone Personality. Journal of Near-Death Studies 8/1990 (4),211-239
19. Rawlings M.: Zur Hölle und zurück, Hamburg 1996

20. Ehrenwald J.: Out-Of-The-Body Experiences And The Denial Of Death. *J Nerv Ment Dis* 169/4 (1981) 244-248
21. Fenwick P. Fenwick E.: *The Truth In The Light: An Investigation Of Over 300 Near-Death Experiences*, London 1996
22. Finger L.: *Reanimation - Eine Untersuchung Über Die Psychosozialen Auswirkungen Bei Erfolgreich Reanimierten Patienten*. Inaugural-Dissertation zur Erlangung der medizinischen Doktorwürde an den Medizinischen Fachbereichen der Freien Universität Berlin, Berlin 1988
23. Forstar EM., Whinnery JE.: Recovery from Gz-Induced Loss of Consciousness: Psychophysiologie Considerations. *Aviat Spate Environment Medicine* 6 (1988) 517-522
24. Gabbard GO.: Twemlow SW, With The Eyes Of The Mind: An Empirical Analysis of Out-of-Body Was New York 1984
25. Evans-Wentz WY. (Hrsg): *Das Tibetische Totenbuch*. Ötten und Freiburg im Breisgau, 1987
26. Sachau R, Elisabeth Kübler-Ross: Über die Grenze des Todes hinaus? *Materialdienst der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen* 1987 (11), 313-323
27. Grey M.: *Return From Death: An Exploration Of The Near-Death-Experience*, Guernsey 1985
28. Spiegel 3911997, 146-150
29. E. Kübler-Ross: *Über den Tod und das Leben danach*. 1986.
30. I. Stevenson; Book Review: *Other Lives, Other Selves: A Jungfan Psychotherapist Discovers Past Lives*, by R.J.Woolger. *Journal of Near-Death Studies* 9 (1), 1990, 55-57
31. Mario Mantese: *Vision des Todes*. Verlag Daniel Andres, Biel 1981
32. Cherie Sutherland: *Psychic Phenomena Following Near-Death Experiences: An Australian Study*. *Journal of Near-Death Studies* 812, 1989. 93-102
33. Ring K.: A New Book of the Oead: Reflections an the Near-Death Experience and the Tibetan Buddhist Tradition Regarding the Nature of Death. *Journal of Near Death Studies* 1212, 1993, 75-84
34. C.M.Bache: *Das Buch von der Wiedergeburt: Das Gesetz der ewigen Wiederkehr - alles über Reinkarnation aus der Sicht der modernen Wissenschaft*, 1993;
35. R.A.Moody: *Leben vor dem Leben*, Reinbek bei Hamburg, 1990
36. Josuttis M., Leuner H. (Hrsg): *Religion und die Droge: Ein Symposion über religiöse Erfahrungen unter Einfluß von Halluzinogenen*. Stuttgart., Stuttgart 1972
37. Jourdan J-P.: *Near-Death and Transcendental Experiences: Neurophysiological Korrelates of Mystical Traditions*. *J Near Death Stud* 1213 (1994) 177-200
38. Kellehear A., Irwin H.: *Five Minutes After Death: A Study of Reliefs and Expectations*. *J Near Death Stud* 912 (1990) 77-90
39. Atwater PM.: *Is Thera a Hell? Surprising Observations About the Near-Death Experiences*. *Journal of Near-Death Studies* 1013, 1992,149-160
40. CO Becker. Book Review: *The Tibetan Book of Living and Dying by Sogyal Rinpoche*. *Journal of Near-Death Studier* 13/2, 1994, 129-136
41. Lukoff D., Lu F, Turner R.: *Toward a More Culturally Sensitive DSM IV: Psychoreligious and Psychospiritual Problems*. *J Nerv Ment Dis* 1992 (180): 673-682
42. Leonhard K.: *Differenzierte Diagnostik der endogenen Psychosen, abnormen Persönlichkeitsstrukturen und neurotischen Entwicklungen*, Berlin 1914
43. Leuner H.: *Halluzinogene: Psychische Grenzzustände in Forschung und Psychotherapie*, Stuttgart 1981
44. Loew T., Zimmermann U., Hummel T., Wildt L.: *Bungee Dumping: Endokrinopsychophysiologie des Springens, Fallens und Gehaltenwerdens*. *Münch Med Wochzeitschr* 30131 (1993) 396-399
45. Morse M.: *A Near-Death Experience in a 7-Year Old Child*. *Am J Dis Child*, 10/137 (1983) 959-961
46. Morse M.: Perry P, *Zum Licht: Was wir von Kindern lernen können, die dem Tod nahe waren*, Frankfurt a.M. 1993
47. Neppe VM.: *Temporal Lobe Symptomatology in Subjective Paranormal Experients*. *J Soc Psychical Research* 77h (1983) 1-29
48. Olson M, Dulaney P.: *Life Satisfaction, Life Review, and Near-Death Experiences in the Elderly*, *J Holis Nursing* 1114 (1993) 368-382
49. Ring K.: *Den Tod erfahren - das Leben gewinnen: Erkenntnisse und Erfahrungen von Menschen, die an der Schwelle zum Tod gestanden und überlebt haben*. Bern, München, Wien 1984
50. Roberts G., Owen J.: *The Near-death Experience*. *Br J Psychiatry* 153 (1988) 607-617
51. Sabom MB.: *Erinnerung an den Tod: Eine medizinische Untersuchung*, Berlin 1986²

52. Schmidt-Degenhard M.: Die oneiroide Erlebnisform: Zur Problemgeschichte und Psychopathologie des Erlebens fiktiver Wirklichkeiten, Heidelberg 1992
53. Schröter-Kunhardt M.: Mögliche neurophysiologische Korrelate von NahTodeserfahrungen In: Dittrich AJHofmann A/Leuner H: Welten des Bewußtseins, Bd.2., Berlin 1993, 57-75
54. Schröter-Kunhardt M.: Erfahrungen Sterbender während des klinischen Todes. TW Neurologie Psychiatrie 9 (1995) 132-140
55. Soeffner H-G, Knoblauch H. (Hrsg.): Todesnähe: Interdisziplinäre Zugänge zu einem außergewöhnlichen Phänomen, Konstanz 1999
56. Sutherland C.: Psychic Phenomena Following Near-Death Experiences: An Australian Study. J Near Death Stud 812 (1989) 93-102
57. White PR.: The Anatomy of a Transformation: An Analysis of the Psychological Structure of Four Near-Death Experiences. J Near Death Stud 3J15 (1997) 163-185
58. Zaleski C.: Nah-Todeserlebnisse und Jenseitsvisionen vom Mittelalter bis zur Gegenwart, Frankfurt am Main, Leipzig 1995
59. Schröter-Kunhardt M.: Reinkarnationsglaube und Reinkarnationstherapie: Transpersonale Fiktion. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 1/1996, 67-83)

ZUSAMMENFASSUNG

Lebenssinn und der lebenslange Versuch, Gerechtigkeit in der Welt zu realisieren, sind entscheidende Kriterien eines gelungenen und zufriedenen Lebens. Religiöse Weltbilder und ihre Ethik sprechen diese grundlegende Ebene menschlichen Seins seit Jahrtausenden primär an – und beruhen dabei auf religiösen Erfahrungen, zu denen aufgrund ihrer Universalität und ihrer enormen Häufigkeit zuallererst die sog. Nah-Todeserfahrungen (NTEs) zählen. Anhand von 100 solcher NTEs werden deren Inhalt und Auswirkungen untersucht. Dabei fällt besonders auf, dass die Erlebenden ihre Angst vor dem Tod verlieren, da sie nach dem NTE sicher sind, daß es ein Leben nach dem Tod gibt. Der Glaube an ein Leben nach dem Tod beruht somit in allen Religionen/Kulturen auf den Nah-Toderfahrungen. Gleichzeitig erhalten die religiös-ethische Werte der eigenen Kultur ein größeres Gewicht im weiteren Leben. NDEs wirken außerdem suizidpräventiv; gelegentlich kommt es auch zur Heilung seelischer Störungen. Nah-Todeserfahrungen bestätigen somit die Erkenntnisse vieler Studien zu den positiven Auswirkungen eines gesunden religiösen Glaubens. Insgesamt ermöglichen NDEs kurze Blicke auf ein lohnenswertes Ziel. Der Weg dorthin muß weiterhin in spiritueller/religiöser Disziplin einer anthropologisch gesunden Religion gegangen werden; eine esoterisch-wahnhafte Religiosität als Interpretationsrahmen der NDEs macht deren potentiell positiven Effekte wieder zunichte.