

Nahtoderfahrungen im Tibetanischen Totenbuch und ihre Parallelen (und Unterschiede) zu den Ergebnissen der modernen Nahtodforschung

Publikationsentwurf
M. Schröter-Kunhardt

Alle Hervorhebungen stammen von mir

Von mir Farbig markiert sind die Texte, die die Zusammenhänge zwischen modernen und den buddhistischen Nahtoderfahrungen beschreiben

Der tibetanische Buddhismus hat aus meditativ oder real erlebten Nah-Tod(ähnlichen)-Erfahrungen in Form des sog. Tibetischen Totenbuches ein Lehrbuch des Lebens und Sterbens gemacht. Die dort im 8. Jahrhundert nach Christi wohl von Padmasambhava niedergeschriebenen (Sterbe-)Erfahrungen gehen dabei auf älteres, mündlich überliefertes Material zurück (517,231; 616,11; 800,78***). **Bis auf Unterschiede in der beschriebenen zeitlichen Abfolge der Nahtod-Elemente, der erscheinenden Wesen und der in modernen Nahtoderfahrungen fehlenden Reinkarnations-Anteile finden sich in dieser über 1200 Jahre alten Literatur erstaunliche Ähnlichkeiten zu den heutigen Nahtoderfahrungen.**

Padmasambhava hatte den Buddhismus nach Tibet gebracht und mit der einheimischen anmistischen Bön-Tradition amalgamiert, die sich vorwiegend mit dem Leben nach dem Tod beschäftigte. **In dem Tibetischen Totenbuch oder 'Bardo Thödol'** ist die Verbindung beider Traditionen deutlich zu erkennen (121,26-30; 616, 11-12). Es scheint in seiner Überlieferung relativ gesichert zu sein (121,28.31-32).

Dabei soll das Tibetische Totenbuch den Lebenden wie den Sterbenden und Gestorbenen – denen es vor und nach ihrem Tod vorgelesen wird - ein Wegweiser in die nachtodliche Welt und ein Weg zur Erleuchtung sein (121,32-34.44-46). C.G. Jung beschreibt das in seinem Vorwort zum Tibetischen Totenbuch wie folgt:

Insofern ist der Bardo Thödol ... ein Initiationsvorgang mit dem Zweck, die durch die Geburt verlorene Gottheit der Seele wiederherzustellen (121,45)

Aber danach folgt der Abstieg des Erlebenden in den Bereich, der ihm entspricht. Evans-Wentz beschreibt diesen Weg, den der Sterbende nach den Aussagen des von ihm herausgegebenen Tibetischen Totenbuches gehen muss, im Vorwort des Buches:

Dem Verstorbenen werden nacheinander alle diese göttlichen Eigenschaften oder Prinzipien, die jedem menschlichen Wesen eingeboren sind, vorgeführt ... um ihn zu prüfen und um zu entdecken, ob irgendein Teil seiner göttlichen (oder Erleuchtungs-)Natur sich entwickelt hat. Volle Entwicklung in allen

Erleuchtungskräften der Fünf Dhyani-Buddhas, die deren Verkörperungen sind, führt zur Befreiung, zur Buddhaschaft. Teilweise Entwicklung führt zu Geburt in einem der glücklichen Zustände: der deva-loka, der Welt der Devas oder Götter; asura loka, der Welt der Asuras oder Titanen; Nara-loka, der Menschenwelt.

Nach dem Fünften Tag werden die Bardo-Visionen weniger und weniger göttlich; der Verstorbene sinkt tiefer in den Morast samsarischer Halluzinationen; die Strahlen der höheren Natur verbleichen im Licht der niederen Natur. Wenn der Nachtod-Traum zu Ende ist und der Zwischenzustand sich für das wahrnehmende Wesen erschöpft hat, wobei alle Gedankenformen seines Seeleninhaltes sich ihm wie Geistererscheinungen in einem Alptraum gezeigt haben, dann schreitet er fort vom Zwischenzustand in den ebenso illusorischen Zustand, den wir Wachen oder Leben nennen, entweder in der Menschenwelt oder in einem der vielen Daseinsbereiche, und wird daselbst geboren. Und so dreht sich das Rad des Lebens, bis einer, der daran gebunden ist, seine eigenen Bande durch Erleuchtung zerbricht, und nach des Buddha Verkündigung kommt dann das Ende allen Kammers (121,93-94).

Im Gegensatz zu der modernen Nahtod-Szene mit ihren überhöhten Interpretationen von Nahtoderfahrungen oder auch derjenigen, die Psychedelika-Erfahrungen zur wahren Realität und damit zu einer Ersatzreligion machen, hat man im tibetanischen Buddhismus also schon vor mehr als 1200 Jahren erkannt, dass die Bilder dieser beiden Erfahrungen immer Traumbilder des eigenen Seeleninhaltes sind, dessen Realität somit über der dieser beiden Erfahrungstypen steht.

Die im Tibetanischen Totenbuch geschilderten Sterbeerfahrungen sind

der Bardo des Todeseintritts (Chikhai Bardo), der Bardo der karmischen Illusionen nach dem Tod (Chönyid Bardo) und der Bardo des Daseins, während man nach Wiedergeburt strebt (Sibpa Bardo) (616,12).

Die Tibetanischen Totenbücher enthalten aber nicht nur Beschreibungen von den Bardo genannten Bewußtseinszuständen (Bardo, d.h. Zwischenzustand zwischen Tod und Wiedergeburt 121,104) in Todesnähe, wozu der Bardo des Todeserlebnisses, der der Wirklichkeitserfahrung und der der Suche nach Wiedergeburt zählen; sie beschreiben auch Bardos oder Bewußtseinszustände im Leben, wozu der Bardo des Normalbewusstseins, des Traumzustandes und der Meditation zählen (121,34-35; 616,12; 800,77-79*).**

Im Bardo des Todeseintritts gelangt man nach Grof

in einen Bereich der Unwirklichkeit und Verwirrung ... Die logische und geordnete Welt unseres täglichen Lebens beginnt sich aufzulösen; man ist ungewiß, ob man im Begriff steht, die Erleuchtung zu erlangen oder wahnsinnig zu werden ... (616,13).

Hier erkennt man die Ähnlichkeit mit den Psychedelika-Erfahrungsberichten von oft als Erleuchtung verstandener ozeanischer Selbstentgrenzung) (OSE) oder angstvoller Ich-Auflösung (ASI) bzw. (prä) psychotischen Erlebnissen und Folgen unter diesen Halluzinogenen.

Dabei sollen viele im zweiten Bardo anfangs gar nicht bemerken, dass sie nicht ihren realen, sondern einen geistigen Körper haben, der dabei auch nur ein imaginierter sein soll (121,67.105-106) – was ähnlich auch bei den geträumten! außerkörperlichen Erfahrungen der Fall ist!

Dann erscheint – wie in den modernen NDEs- das Licht. Dies entspricht nach dem tibetanischen Buddhismus dem

Dharmakaya oder dem Klaren Urlicht der Reinen Wirklichkeit (616,13; s.a. 121.105)

das wie in den meisten NDEs als klar und weiß leuchtend beschrieben wird.

Nach dem Tibetanischen Buddhismus ist dieses Licht der Urgrund aller Wirklichkeit, die absolute Wahrheit und mit dem eigenen, Tod und Geburt transzendierenden Bewußtsein identisch (616,13; 800,78-80*), das von allen Begrenzungen befreit ist und reine Seligkeit beinhaltet (121,62-65). Im Gegensatz zu den Behauptungen in der Nahtod Szene handelt es sich bei dem Licht also nicht um Gott, sondern um die höchste Form des eigenen (gottesebenbildlichen) Bewusstseins!**

Der Erleuchtete soll jetzt

dem ganzen Bardo entkommen dadurch, dass er eingeht in ein paradiesisches Reich oder aber, sobald der menschliche Körper abgestreift ist, sich in dieser Welt wiederverkörpert und dabei ununterbrochene Fortdauer des Bewusstseins bewahrt (121,106)

Hier scheint die bekannte Alternative zwischen Weiterleben in einer Art Paradieslandschaft oder Reinkarnation angeboten zu werden - wobei in den Reinkarnationsgläubigen buddhistischen Kulturen damit möglicherweise ein Eindringen in das Ich-Bewusstsein eines Kindes im Sinne einer Umsessenheit als Reinkarnation missverstanden wird

Diese nach Ansicht der Buddhisten einzigartige Gelegenheit zur spirituellen Befreiung (616,13) kann jedoch fast nie genutzt werden

(121,65.105) - **was den Versprechungen der Nahtod- Protagonisten widerspricht, dass alle oder die meisten NDEr im Licht bleiben. Also: Niemand wird heilig, bloß weil er stirbt!**

,Daraufhin erfolgt unmittelbar nach dem Tod noch eine zweite Möglichkeit der Befreiung durch das 'Sekundäre Klare Licht' (121,65), das schon karmisch verdunkelt sein soll (121,105). **Dieses Licht kennen wir in den modernen Nahtoderfahrung jedoch nicht!**

Wird auch diese Gelegenheit nicht genutzt, kommt es zum 'Bardo der Wirklichkeitserfahrung', dem schon im Leben erfahrbaren 'Körper der Glückseligkeit' – **was den zumeist positiven modernen NDEs entspricht**. In diesem Bewußtseinszustand dämmern dem Erlebenden nach Evans-Wentz

in symbolischen Visionen ... die Halluzinationen, die von den *karmischen* Widerspiegelungen seiner Taten im irdischen Körper hervorgerufen werden. Was er gedacht und was er getan hat, wird gegenständlich: Gedankenformen, die er sich bewusst vorgestellt hat und denen erlaubt war, Wurzel zu schlagen, zu wachsen und zu blühen und Frucht zu tragen – nun ziehen sie vorüber in einem feierlichen und gewaltigen Panorama als der Bewusstseinsgehalt seiner Persönlichkeit ... Wie die Menschen denken, so sind sie, sowohl hier wie dort; denn Gedanken sind Dinge, Erzeuger aller Taten, guter wie böser; und wie die Saat gewesen ist, so wird die Ernte sein (121,105-106).

Nach Grof kommt es dabei zum Kontakt mit

visionären Bildern psychischer Entsprechungen, d.h. friedvollen und zornvollen Symbolfiguren (800,79*)**

und damit göttlichen und dämonischen Wesen (800,78-79*), über die der entkörperte Geist wieder zurück zur Welt der Visionen und der manifesten Formen findet (800,79***)**.

Den modernen Nahtoderfahrungen entsprechend kommt es hier also zu Glückszuständen mit entsprechend positiv getönten HALLUZINIERTEN oneiroidalen Bildern, die der eigenen inneren Wirklichkeit und Biografie und den eigenen religiösen Jenseits-Erwartungen entsprechen. Aber auch negative Bilanzen und Ängste werden dann in die entsprechenden Bilder umgesetzt. Auch zeigt sich die extreme Polarisierung in Himmel- und Höllenvisionen, die wir auch in den Nahtoderfahrungen finden.

Im Gegensatz zu den Interpretationen der NDEs als höhere Realität wird diese jedoch auch hier noch als Produktion bzw. Halluzination des Erlebenden gedeutet, die das reale Sein bzw. die Lebensbilanz des Erlebenden in (archetypischen) Bildern widerspiegelt auf und damit

dessen Sein auf dieser Erde untergeordnet ist, die somit die dominierende Realität ist und bleibt

Zu den erlebten göttlichen Wesen zählen fünf Buddhas in verschiedenen leuchtenden Farben mit männlichen und weiblichen Bodhisattvas (616,13-14). Später sollen noch weitere göttliche Gestalten auftreten (616,14), wobei alle am siebenten Tag erscheinenden

wissenshaltigen Gottheiten aus den paradiesischen Sphären mit ihren Dakinis, unzähligen Helden und Heldinnen, himmlischen Kriegern und Schutzgottheiten (616,14)

wie alle anderen Symbolfiguren am ehesten an die mittelalterlichen (katholischen) Heiligenerscheinungen erinnern, die es in modernen NDEs nicht mehr gibt! Die eigenen religiösen Erwartungen und damit das Set prägen also auch im Tibetischen Buddhismus die Figuren, die in Nahtoderfahrungen oder psychedelischen Erfahrungen erscheinen!

Das aber heißt eben nicht, dass die Nahtod- oder psychedelischen Erfahrungen - wie es ihre entsprechenden Vertreter heutzutage behaupten - die wahre Realität sind, sondern dass unser Leben auf dieser Erde als Set (und Setting) alle psychedelischen und Nahtod-Erfahrungen steuert bzw. produziert. Das aber ist auch das Ergebnis der modernen Nahtodforschung, nicht aber der esoterischen Interpretation von Nahtoderfahrungen!

Diese Gottheiten haben wiederum auch ihre negativen Seiten, die - im Nichterkennen dieser Buddhas durch den Unerleuchteten - praktisch das Fehlen der entsprechenden göttlichen Eigenschaften darstellen. So ist der negative Aspekt des Vairocana-Buddhas die Unwissenheit bzw. Ignoranz und die Verwirrung, der des Akshobhya-Buddhas die Aggression und der Haß bzw. der Zorn, der des Ratnasambhava-Buddha der Stolz, der des Amitabha-Buddha die Leidenschaften und die Bindung an die lustvollen Aspekte der materiellen Welt (Wollust bzw. Habgier) sowie der negative Aspekt des Amoghasiddhi-Buddha die Eifersucht (121,64. 616,70-72).

Wir sehen hier eine deutliche Parallele zu den die Person und die Welt zerstörenden christlichen Untugenden (121,69), die sich auch in den mittelalterlichen christlichen NDEs in Form von dämonischen Wesen manifestierten. so dass z.B. ein Süchtiger auch nach seinem Tod süchtig nach dem - jetzt geträumten - Suchtmittel greift (121,66-67.72) - wenn das klare Licht zuvor nicht zur Befreiung genutzt werden konnte.

Wie in der christlichen Lehre von vielen Wohnungen im Haus Gottes bzw. von Himmel und Hölle bestimmen also auch im Buddhismus die Kernelemente der Persönlichkeit bzw. die verantwortbare Lebensbilanz deren nah- (und nach-?)todlichen Zustand - was den Versprechungen der Nahtod- Protagonisten widerspricht, dass alle oder die meisten NDEr im

Licht bleiben! Die verantwortbare Lebensbilanz bestimmt auch den letzten und - im Gegensatz zu den in der Nahtod-Szene verbreiteten Reinkarnationsbehauptungen – nicht gewollten Ort der Wiedergeburt!

Nach Evans-Wentz sind all diese Gottheiten im tibetanischen Buddhismus also

nichts anderes als die eingebildeten Verkörperungen der Gedankenformen, die aus dem Geistesinhalt des Betreffenden geboren werden; oder in anderen Worten: sie sind die Gedankenimpulse, die im Traumzustand nach dem Tode personifizierte Formen angenommen haben.

So sind die Friedlichen Gottheiten ... personifizierte Formen der erhabensten menschlichen Gefühle, die vom psychischen Herzzentrum ausgehen. Als solche werden sie als die ersten vorgestellt, die heraufdämmern, weil, psychologisch gesprochen, die Herzensimpulse den Hirnimpulsen vorausgehen. Sie kommen mit friedlicher Miene, um den Verstorbenen zu überwachen und zu beeinflussen, dessen Verbindung mit der Menschenwelt eben erst abgerissen ist ... **Aber in all seinen Impulsen und Sehnsüchten ist Karma allesbeherrschend;** und wenn es nicht sein karmisches Los ist, gleich auf den ersten Stufen Befreiung zu erlangen, so wandert er hinab zu den Stufen, wo die Herzensimpulse den Hirnimpulsen Platz machen (121,107).

Gleichzeitig sind diese Gottheiten als Personifikationen eigener Anteile nach Evans-Wentz im tibetanischen Buddhismus aber auch

Verkörperungen universaler göttlicher Kräfte, mit denen der Verstorbene untrennbar verbunden ist, denn durch ihn als den Mikrokosmos des Makrokosmos ziehen alle Impulse und Kräfte, gute wie schlechte (121,108).

Insofern sind diese guten und bösen Wesen bzw. Kräfte also auch Archetypen, die reale göttliche (oder dämonische) Kräfte präsentieren bzw. auf dahintertehende reale Kräfte verweisen!

Das wiederum würde sich mit meiner Interpretation decken, dass hinter den immer noch individuellen positiven oder negativen Erscheinungen in der Nahtoderfahrung reale archetypische Kräfte stehen (können), die Bilder dieser Kräfte aber immer noch durch das Unbewusste des Erlebenden geprägt sind.

Daß die Friedlichen Gottheiten und damit die glücklichen Zustände zuerst auftreten, ist nach Evans-Wentz dadurch zu erklären, dass auch

in der Menschenebene die Gefühlsimpulse in der Jugend am lebhaftesten sind und im reifen Leben oft verloren gehen (121,108).

Anschließend treten (zwischen dem achten und vierzehnten Tag) dämonische Gottheiten auf, vor denen sich der Unvorbereitete fürchten würde, während die Vorbereiteten durch die Verschmelzung mit ihnen sogar noch Buddhaschaft erlangen können sollen (616,14-15) - was an Luzidtraum-Erkenntnisse erinnert, in denen die furchtlose Verschmelzung mit bedrohlichen Wesen zur deren Auflösung und Transzendierung führt.

Nach Evans-Wentz

sind die Zornigen Gottheiten die Personifikationen der Überlegungen und entstehen aus dem psychischen Hirnzentrum. Jedoch so, wie Impulse, die aus dem Herzzentrum stammen, sich verwandeln können in Überlegungen aus dem Hirnzentrum, so sind die Zornigen Gottheiten die Friedlichen Gottheiten in verwandeltem Aspekt (121,107).

Diese Reihenfolge und auch die zeitlichen Angaben (in Tagen) werden durch die modernen Nahtoderfahrungen aber nicht bestätigt, was sie zu einem wahrscheinlich den Erwartungen entsprechenden Phänomen - oder aufgrund der Unglaubwürdigkeit eines solch langen Prozesses in Todesnähe zu einer fehlerhaften Tradierung - im tibetanischen Buddhismus macht.

Andererseits steht damit auch für die modernen NDEs die Möglichkeit im Raum,, dass die extrem positiven Erlebnisse des „Abfluges“ später - sozusagen nach der „Landung im Jenseits“ und damit nach dem Abklingen der drogenbedingten Ekstase - durch die bildhaften bzw. archetypischen Entsprechungen des wahren Seins des Erlebenden abgelöst werden.

Wer bis jetzt noch keine Befreiung erlangt hat, komme jetzt in den Bardo des Suchens nach Wiedergeburt, nachdem man zuvor aus Angst ohnmächtig geworden sei. Hier habe man einen Körper, der viele OBE-typische Eigenschaften aufweist (616,31):

Er kann sich ungehindert fortbewegen und feste Gegenstände durchdringen ... nach Belieben erscheinen und verschwinden oder sich im Nu an jeden Ort der Welt versetzen ... Größe und Gestalt verändern und gleichzeitig an mehr als einem Ort auftreten. Es ist, als würde man über wunderbare Kräfte verfügen (616,15).

Demnach ähnelt das (scheinbar) paranormale Erleben kurz vor der Wiedergeburt dem der Nahtod- bzw. der außerkörperlichen Erfahrungen

(752,381-382), wobei man dann kopulierende Paare sieht und in den Körper des Fetus eindringt (121,71)!

Hier könnte auch der Grund für die Reinkarnationserfahrungen bei kleinen Kindern in entsprechend reinkarnationsgläubigen Kulturen liegen, wenn die Seele des Verstorbenen sich neben der eines Kindes breitmacht

Im Gegensatz zu esoterischen Heils- und Paradiesversprechen auf dem Boden einer falschen NDE-Interpretation mit dem Postulat einer Reinkarnation warnt das Tibetanische Totenbuch jedoch vor dem Verlangen, sich an diesen jetzt wieder auftretenden NDE-typischen Erfahrungen zu ergötzen.

Denn diejenigen, die in ihrem Leben ein schlechtes Karma aufgebaut haben, sollen in diesem Bardo

von furchterregenden Begegnungen mit fleischfressenden Dämonen oder waffenschwingenden rakshasas gequält werden, gräßlichen Raubtieren und rasenden Elementarkräften der Natur: aufeinanderprallende, berstende Felsen, wütende, überschäumende Meere, prasselnde Feuersbrünste oder schauerliche Schluchten und Abgründe. Wer karmisches Verdienst erworben hat, wird wonnevolle Freuden erleben, während diejenigen mit einem neutralen Karma farblose Öde und Gleichgültigkeit erfahren (616,15-16).

Schließlich kommt es - jetzt erst wie - aber deutlich später als - bei den Nahtoderfahrungen auch zu einer Lebensrevision, die jedoch wie im christlichen Mittelalter in Form einer Gerichtsszenerie abläuft, wobei

der Herrscher und Richter über die Toten namens Yama Raja oder Dharma Raja die vergangenen Taten des Individuums mit seinem Karma-Spiegel prüft. Dann teilt er die Person, je nach Verdienst oder Schuld, einem der sechs ... Bereiche zu, in denen man wiedergeboren werden kann (616,16).

Wie im christlichen Mittelalter stehen dem Richter der Toten auch eine weiße, gute religiöse Figur i.S. der Engel und eine schwarze religiöse Figur i.S. eines Teufels bei, die die Verdienste des Verstorbenen ausbreiten (616,74). **Daraus lässt sich ableiten, dass der (religiöse) Reifegrad der Buddhisten der damaligen Zeit der des christlichen Mittelalters entsprach.**

Mit dem Urteil schließlich steht einer der sechs verschiedenen Orte der Wiedergeburt fest. Dabei ist eine ‚Wiedergeburt‘ - also ein Weiterleben - in jenseitigen Bereichen - entsprechend dem christlichen Glauben - oder aber im Diesseits entsprechend der buddhistischen Reinkarnationslehre möglich. Letztere soll aber - im Gegensatz zu den

Reinkarnationsvorstellungen auch in der Nahtod-Szene - unbedingt vermieden werden (121,106).

Im ersten Ort der Wiedergeburt, der buddhistischen Hölle, werden die Menschen, die in ihrem Leben schlechte Dinge taten, wie in christlichen Fegfeuer- bzw. Höllenszenarien gequält, zerrissen, durchbohrt und gewürgt (616,42-43.89). Grof beschreibt das so:

Im Reich der Hölle (narakolaka) ... ist man extremen Foltern ausgesetzt, den Kräften der eigenen Psyche. Es gibt Acht Heiße Höllen mit Bergen aus rotglühendem Metall, Flüssen aus geschmolzenem Eisen, und der enge Raum ist von Feuer durchlodert. In den Acht Kalten Höllen ist alles gefroren. In den heißen Höllen sind diejenigen, die in gewalttätigem Zorn handelten, während die Taten aus Selbstsucht und Stolz in die kalten Höllen führen. In anderen Foltern wird man zerhackt oder in Stücke zersägt, erwürgt, durchbohrt und zermalmendem Druck unterworfen. In der schauerlichen Avitchi-Hölle leiden diejenigen, die tantrische Schwüre vorsätzlich nicht erfüllt haben, ewige Qualen (616,74).

Nach Evans-Wentz ist diese Hölle nur für die wirklich bösen Menschen bestimmt (121,106).

Das Reich der Hungergeister wiederum wird von Geistern mit großen Bäuchen und winzig kleinen Mündern bewohnt, die ein unstillbares Verlangen nach ihren Suchtmitteln haben. Sie repräsentieren das Wesen der Gier (616,74).

Grof beschreibt dann das dritte Reich wie folgt:

Das Tierreich ... ist durch Dumpfheit oder das Leben auf einer unkomplizierten Ebene gekennzeichnet, wo Sicherheit und Furcht sich abwechseln. Alles Unvorhersehbare wird als bedrohlich empfunden. Humor gehört nicht zum Tierreich (616,74)

Das vierte Reich ist das Menschenreich, gekennzeichnet durch die typisch menschlichen Leistungen und Probleme, aber - so Grof - ohne ausreichende Bewußtheit (616,74).

Das (fünfte, m.Z.) Reich der Eifersüchtigen Götter ... ist eine von Eifersucht und Neid regierte Sphäre. Ihr Lebenszweck besteht darin, sich in der Welt der Intrigen zu behaupten (616,74).

Das sechste Reich ist schließlich das Reich der Götter, ein

Seelenzustand voll Wonne und endloser Freuden ... Die Mythen schildern himmlische Gefilde mit herrlichen

**Gärten, Palästen, voll von Juwelen und edlen Metallen.
Im Leben kann man diese Ebene durch ein Bewußtsein
gütiger Liebe und Barmherzigkeit erfahren ... (616,75).**

Besonders in diesem Bereich, aber auch in den zuvor genannten dunklen Ebenen erkennen wir deutliche Parallelen zu den modernen NDEs, aber auch zu den Sterbeerfahrungen anderer (nativer) Kulturen und besonders des christlichen Mittelalters und des Islam.

Der Buddhismus kennt also nicht nur die modernen Lichtes- und Paradiesvisionen, sondern auch ein massives Höllen- bzw. Fegefeuerszenario, das dem den mittelalterlichen und den modernen christlichen (und islamischen Höllenvisionen in keinsten Weise nachsteht, ja diese sogar übertrifft (616,42-45.70. 89)!

Die geschilderten tibetisch-buddhistischen Sterbeerfahrungen bestanden also aus denselben Elementen wie die modernen (positiven und negativen) NDEs und OBEs aus außerkörperlichen Erfahrungen wunderschönen Landschaften, einem hellem reinen Licht und dem Auftreten von (tibetischen) Gottheiten. Diese positiven Erlebnisse treten nach dem Tibetischen Totenbuch in der ersten Woche nach dem Tod auf (509,12; 518,152-153).

Höllenvisionen wiederum folgen in der zweiten Woche; sie bestehen nach dem Tibetischen Totenbuch aus furchterregenden Gottheiten, schrecklichen Erscheinungen und schmerzhaften Folterqualen (3,197-198; 518,152-153; 564,79). In der dritten Woche schließlich sollen verschiedene Gelegenheiten folgen, das eigene Leben (auch in einer Lebensrückschau) zu beurteilen (518,152), der Mensch wird damit also zum Opfer seines Karmas (564,79).

Die Ähnlichkeiten mit den modernen positiven und negativen NDEs sind somit frappant und werden selbst von den tibetischen Mönchen wie Sogyal Rinpoche zugegeben (521,130-131). Auffällig sind jedoch die langen Zeiträume für diese Erfahrungen, die wir mit den modernen Nahtoderfahrung nicht nachvollziehen können.

Dabei ist es die alle Ich-Anteile koordinierende und reflektierende Seele, die den physischen Tod überlebt und eben durch ihr Karma, d.h. die Summe des verantwortbaren Seins und des somit entwickelten Wesenskerns die Art des Lebens nach dem Tod bestimmt (800,77-78.81*).**

Ein aus dem tibetischen Buddhismus stammender Kommentar zu verschiedenen älteren Kommentaren der tibetischen Sterbe-Texte beschreibt auch den noch mehr körperlichen Sterbeprozess. Dabei werden wohl zum einen die traumbildhaften Korrelate des körperlichen Sterbevorgangs, die im klassischen, abrupt beginnenden und schnell ablaufenden Nah-Todeserlebnis eher fehlen und allenfalls in NDE-Vorstufen vorkommen können, dargestellt (573,60-61).

Im jüngeren tibetanischen Buddhismus gibt es nun auch eine besondere Tradition, die sich mit reinen Nahtoderfahrungen beschäftigt; sie hatte ihren Höhepunkt im frühen 16. bis zur Mitte des 18. Jahrhunderts im Tibet. Es handelt sich dabei um die 'das-lok'-Schriften, in denen hunderte von Menschen von ihren Nah-Todeserfahrungen berichten, die den mittelalterlichen NDEs ähneln (509,9; 564,79).

Der Tenor dieser Erfahrungen ist jedoch - wie im christlichen Mittelalter – eher negativ und angsterregend: Sie bestehen aus einer Höllenvision, einer Begegnung mit Dharmaraja, dem Gott des Todes, der den Erlebenden richtet, ihn anregt, ein moralisches Leben im Sinne des Buddhismus zu leben und nach seiner Rückkehr zu den Lebenden diesen eben diese Botschaft zu verkünden.

Dabei kam es auch zur Begegnung mit verstorbenen Verwandten bzw. Freunden oder ehemals berühmten Personen. Danach wurde der Betreffende oft zu einem Wanderprophet oder Lehrer, der die Menschen warnte, das Böse zu meiden und das Gute zu pflegen. Somit verstärkten auch diese Erfahrungen wie die modernen NDEs die jeweils vorherrschende Religiosität (509,9; 564,79-81).

Auch in ihren Lehren für das Leben ähneln sich die buddhistischen und (mittelalterlich-) christlichen Jenseitskonzepte somit sehr. Beide kennen ein Rad des Lebens, das letztlich vom Tod getrieben wird (616,38-39), was ein exzellenter Ausdruck für die entscheidende Prägung unseres Lebens durch die Angst vor dem Tod bzw. seine Verdrängung ist!

Tierisch-menschlich-niedere Eigenschaften wie Unwissenheit, Begehren und Aggression, im Buddhismus als Schwein, Hahn und Schlange gekennzeichnet, halten in beiden Religionen das Rad des Lebens in Gang und erzwingen ein entsprechendes Leben nach dem Tod in der Hölle der Wiedergeburt auf Erden oder im Fegefeuer des Jenseits (121,64-65; 616,38-39; 800,77-78.81*) Schließlich weiß sowohl das Christentum wie auch der Buddhismus von der Wichtigkeit von set und setting beim Sterben (800,81**).**

Der Lebensweg wird im Buddhismus wie im Christentum als dunkler Pfad in die Tiefe dargestellt, während das Überwinden dieser niederen Lebenskräfte als aufsteigender oder lichter Pfad dargestellt wird. Das Motiv vom lichten Pfad der Gerechten und dem dunklen Weg der Boshaftigkeit findet sich auch im Judentum bzw. im Alten Testament [Spr.2,8-20] und im Christentum bzw. im Neuen Testament [Matt 7,13-14]). Wir finden es aber auch in den Upanishaden und der Bhagavad Gita und in griechischen und der ägyptischen Texten (616,38-39; 617,56.338). Diese absolute Polarität finden wir bekanntlich auch in den in die die Hölle führenden negativen und den in das lichtvolle Paradies führenden positiven Nahtoderfahrungen!

Interessanterweise gibt es auch ein westlich-modernes NDE, in dem von verschiedenfarbigen Lichtern bzw. Licht-Planeten die Rede ist, die der (amerikanische) NDEr selbst als verschiedenen Existenzarten zugehörig empfand (516,65-66). Im Sinne der NDE-Prägung durch religiöse Vorstellungen muß in diesem Fall jedoch geprüft werden, inwieweit der Erlebende von den Vorstellungen des Tibetischen Totenbuchs wußte bzw. geprägt war. Andererseits hat das Licht in den modernen anglo-europäischen NDEs zwar zumeist gold-gelb-weiße Farbe, gelegentlich wird jedoch auch von anderen Farben berichtet (orange-rot oder bläulich bis grün) (s. dphäNDE).

Im Gegensatz zu vielen esoterischen (und auch manchen christlichen) Interpretationen und in Übereinstimmung mit den Ergebnissen der modernen Nahtodforschung werden im tibetanischen Buddhismus die positiven und negativen Sterbe-Visionen jedoch als Projektionen bzw. geträumte bzw. oneiroidale Korrelate des eigenen Selbst und nicht als Fotografie rjenseitiger Realitäten verstanden (17,25; 617,41-42.75.310).

Gleichzeitig gelten z.B. die in den positiven NDEs erlebten mystischen Qualitäten im tibetanischen Buddhismus als typische spirituelle Zustände (oder Körper) des menschlichen Bewußtseins auch schon vor dem Tod, was die moderne Nahtodforschung bestätigt. So ermöglicht der 'Körper der Glückseligkeit' im tibetanischen Totenbuch – wie auch heute in den psychedelischen oder meditativen vortodlichen Bewusstseinszuständen - die spirituelle Durchdringung des Absoluten. Dabei kommt es zu Visionen religiös-verehrter Wesen, bestimmter Weisheiten sowie anderer psychologischer und kosmologischer Bezogenheiten.

Der dritte Körper wiederum soll den Urgrund aller Erscheinungen, die Wahrheit und die absolute Wirklichkeit darstellen. Er hat keine bildliche Form, erscheint aber in der Lichterfahrung des NDEs (800,78*). Diese wiederum ist das Licht der Erkenntnis und (damit) des reinen, höchsten Bewußtseins (800,80***), also erneut das bildhafte Korrelat einer innerpsychischen, ja biologischen und somit vor- und allenfalls nahtodlichen Leistung wie das auch die moderne Nahtodforschung zeigt. Aber kaum ein Mensch wird gemäß dem Tibetischen Totenbuch nach dem Tod in diesem Licht bleiben können!**

Dieser immanenten Deutung entsprechend handelt es sich nach dem tibetanischen Buddhismus bei den NDEs also um vortodliche Bewußtseinszustände, so dass dann auch noch eine gewisse Kontrolle über die genannten Bilder ausgeübt werden kann, wie wir das auch zuweilen bei modernen NDEs beobachten. Nach dem Tod aber könnten die NDE-Bilder nicht mehr kontrollierbar und damit stabil i.S. eines Verbleibs in den dem eigenen Wesen entsprechenden Bildern werden! Die archetypischen Bilder könnten also nach dem Tod zur einzigen Und dann nicht mehr beeinflussbaren Realität werden und weisen somit auf eine solche Realität hin (121,42-45).

*Im Rahmen dieser immanenten bzw. vor-/nahtodlichen psychologischen Deutung aller Bewußtseinszustände legt der tibetanische Buddhismus auch eine besondere Betonung auf die Kontrolle derselben. Dementsprechend lehrt er auch die Kontrolle bzw. Luzidität der Traumbilder bzw. des Bardo des Traumzustandes, aber – und damit – auch die der Leidenschaften und des eigenen Selbst im Bardo der Meditation und schließlich ganz besonders die Kontrolle der nah- und vermeintlich nachtodlichen Bewußtseinszustände (und Gedanken), um eine Reinkarnation zu vermeiden (800,78-79***).*

Die Wiedergeburt als unterster nachtodlicher Zustand (121,45) wird dabei im tibetanischen Buddhismus für alle normalen Menschen postuliert (121,106). Im Gegensatz zu esoterischen Wiedergeburslehren versucht das Tibetanische Totenbuch jedoch auf jeden Fall, eine Wiedergeburt mit allen Mitteln zu vermeiden.

Dazu empfehlen die tibetanischen Totenbücher, sich auf positive religiöse Ideen zu konzentrieren (616,16-17) – also eben nicht an eine Reinkarnation zu denken – und deswegen sollte man eigentlich auch nicht an Reinkarnation glauben ... !!! **Das korreliert mit der Möglichkeit, auch in modernen Nahtoderfahrungen durch Zentrierung auf positive religiöse Inhalte negative bzw. höllische Erlebnisse zu beenden.**

Das Vorlesen des Tibetanischen Totenbuches soll dann auch den Sterbenden/Toten vor dem automatischen Abstieg in tiefere Zwischenzustände und damit vor der Wiedergeburt bewahren (121,73-74). Darum heißen die tibetanischen Totenbücher auch 'Bardo Thödol', übersetzt 'spontane Befreiung vom Zwischenzustand durch Hören' (800,80***),

Nun sollen aber nach dem tibetanischen Buddhismus nahezu alle Menschen bis zum tiefsten Zwischenzustand absteigen und wiedergeboren werden (121,65) - denn Himmel und Hölle im NDE sind danach immer nur Zwischenzustände auf dem Weg zur Wiedergeburt (121,70-71).

Dieses Konzept müsste jedoch gerade in dieser reinkarnationsgläubigen Kultur zu viel mehr glaubwürdigen Reinkarnationserfahrungen führen als es sie tatsächlich gibt. Somit handelt es sich bei der tibetischen Reinkarnationslehre um einen Irrtum, weil man wahrscheinlich aus den wenigen dokumentierten Reinkarnationserfahrungen einfach eine Reinkarnation für aller Menschen abgeleitet hat.

Weiterhin irrt sich das Tibetanische Totenbuch auch in seinem wesentlichen Teil, dem Glauben, dass mit dem Vorlesen des Totenbuches ein gelebtes Leben/Karma noch wesentlich beeinflusst werden kann). Das mag daran liegen, dass man die noch vorhandene Kontrollierbarkeit der Erfahrungen im meditativen oder Nahtod-Zustand auch für das Leben nach dem Überschreiten der symbolischen Grenzzone und damit nach dem endgültigen Tod fälschlich für weiterbestehend hielt!

Denn die dazu notwendige Bewusstheit bzw. Erkenntnis der Steuerbarkeit der Visionen ist aber wahrscheinlich auch nur in den vortodlichen Bewusstseinszuständen möglich. Was nach dem endgültigen Tod passiert, weiß man eben nicht. Tatsächlich gibt es nicht nur im Neuen Testament, sondern auch im Tibetanischen Totenbuch klare Hinweise dafür, dass die Steuerbarkeit der Visionen nach dem endgültigen Tod aufgehoben ist (s.o.).

Auch in anderer Hinsicht irrt der tibetanische Buddhismus. So wird behauptet, daß diejenigen Menschen, die das Verbleiben im Klaren Licht zu Lebzeiten noch nicht geübt haben, beim Anblick des Lichtes entsetzt die Augen schließen und panische Angst vor der vollständigen Vernichtung spüren würden (800,81*). Tatsächlich erleben die meisten NDEr genau das Gegenteil: Sie genießen das Licht bzw. die Verschmelzung mit ihm als Moment höchster Glückseligkeit.**

Weiterhin werden die Zustände, ihre Reihenfolge und Regeln wie in einer kirchlichen Dogmatik festgelegt (121,88.93.105), die es so aber heute nicht mehr gibt. Außerdem wird davon ausgegangen, dass man auch die Bewusstseinszustände bis Wochen nach dem Tod kennt (121,66-71), was de facto falsch ist, da NDEs und Meditative Erfahrungen (im Buddhismus) immer noch vortodliche Erfahrungen sind.

Zusammenfassung:

Im Tibetanischen Totenbuch aus dem achten Jahrhundert findet sich ein Amalgam aus Buddhismus und der animistischen Bön-Tradition, die sich primär mit dem Leben nach dem Tod beschäftigte. Es soll dem Sterbenden vor und nach seinem Tod vorgelesen werden und so ein Weg in die nachdrückliche Existenz und zur Erleuchtung werden - und eine Wiedergeburt auf der Erde VERHINDERN !

Die im Sterbeprozess und in den Nahtoderfahrungen erscheinenden Gestalten (Buddhas), Himmel- sowie die den mittelalterlichen Bildern entsprechenden Höllenvisionen werden dabei im tibetanischen Buddhismus als archetypische Korrelate der eigenen inneren Zustände bzw. der eigenen Lebensbilanz verstanden, deren Ausgestaltung wie den modernen Nahtoderfahrungen noch entsprechend der eigenen Religion und Kultur imaginiert werden. Diese Personifikation eigener Anteile könnten aber auch gleichzeitig Verkörperungen universaler göttlicher Kräfte darstellen, an die der sterbende durch sein Leben gebunden ist.

So erscheinen in symbolischen Halluzinationen die eigenen Taten und Gedanken aus der eigenen Lebensbilanz. Die dabei auch erscheinenden religiösen Figuren entsprechen der buddhistischen bzw. Bön- Tradition und

repräsentieren wiederum die eigenen personifizierten guten oder schlechten Anteile bzw. Gedankenformen und noch keine objektiven jenseitige Wirklichkeiten/Wesen.

Zu den schlechten Anteilen zählen wie im Christentum die Untugenden Unwissenheit, Ignoranz, Aggression, Hass, Zorn, Stolz, Wollust, Habgier und Eifersucht. Diese Untugenden formen das jenseitige Leben und führen letztlich zur untersten Stufe der Wiedergeburt auf der Erde, die das Tibetische Totenbuch im Gegensatz zu den in der Nahtod-Szene und im Westen generell kursierenden Reinkarnation durch das Vorlesen unbedingt zu vermeiden sucht.

Der tibetische Buddhismus unterscheidet schon vor mehr als 1200 Jahren nicht nur zwischen verschiedenen nachtodlichen Zuständen, sondern auch zwischen den verschiedenen Bewusstseinszuständen vor dem Tod, die alle ‚Bardos‘ genannt werden. ZU Letzteren zählen das normale Bewusstsein, der Traum- und der Meditationszustand, die damals salso schon unterschieden wurden.

Die im tibetischen Totenbuch beschriebenen Sterberfahrungen beinhalten wiederum alle Elemente der modernen Nahtoderfahrung wie einen imaginierten Zweitkörper, ein außerkörperliches Erlebnis mit all den Eigenschaften, die wir heute auch dabei kennen und das berühmte Licht, das mit dem den eigenen, Tod und die eigene Geburt transzendierenden Bewusstsein identisch sein soll. Von allen Begrenzungen befreit, beinhaltet es pure Seligkeit, wie wir das auch in modernen Nahtoderfahrungen sehen. Auch eine Gerichtszenerie wie im christlichen Mittelalter wird beschrieben, die über einen der sechs Bereiche entscheidet, in dem der Erlebende weiterleben bzw. wiedergeboren wird.

Zu diesen Bereichen zählte eine klassische Hölle mit all den Qualen, die man auch in christlichen und islamischen Stellenbeschreibungen findet. Dabei gibt es unter anderem einen Bereich, in dem suchtkranke Menschen weiterleben („Bereich der Hungergeister“) und einen Bereich, in dem von Neid, Eifersucht, und Intrigen getriebene Menschen weiterleben werden. Ein weiteres Bardo gleicht den üblichen Paradieslandschaften moderner Nahtoderfahrungen.

Interessanterweise treten erst die guten bzw. glücklichen Zustände auf - und danach erst folgen die Bilanzen des eigenen Lebens, die in dunkle Bewusstseinszustände bzw. Bardos und damit für die meisten Menschen zur Wiedergeburt auf Erden führen - was aber auch nichts anderes als eine Projektion der eigenen Glaubensvorstellungen in die damaligen Sterbeerfahrungen sein wird, da es in modernen westlichen Nahtoderfahrungen keine Reinkarnationserlebnisse gibt. Aber zumindest wäre es denkbar, dass auch nach den zumeist positiven modernen Nahtoderfahrungen, die eine drogeninduzierte Euphorie gekennzeichnet sind, eine endgültige Bilanz des eigenen verantwortbaren Seins erfolgt

Insgesamt ist es nach dem tibetischen Buddhismus das alle Ich-Anteile koordinierende und reflektierende Bewußtseinsprinzip, das den physischen Tod als feinstofflicher Bewußtseinskörper überlebt und eben durch sein Karma, d.h. die Summe des verantwortbaren Seins und des somit entwickelten Wesenskerns die Art des Lebens nach dem Tod bestimmt.

In den jüngeren die 'das-lok'-Schriften des tibetischen Buddhismus aus dem 16.-18. Jahrhundert wiederum berichten hunderte von Menschen von

ihren Nah-Todeserfahrungen, die den mittelalterlichen christlichen Nahtoderfahrungen sehr ähneln.

Diese bestehen aus einer Höllenvision, einer Begegnung mit Dharmaraja, dem Gott des Todes, der den Erlebenden richtet, ihn anregt, ein moralisches Leben im Sinne des Buddhismus zu leben und nach seiner Rückkehr zu den Lebenden diesen eben diese Botschaft zu verkünden. Dabei kam es auch zur Begegnung mit verstorbenen Verwandten bzw. Freunden oder ehemals berühmten Personen. Danach wurde der Betreffende oft zu einem Wanderprophet oder Lehrer, der die Menschen warnte, das Böse zu meiden und das Gute zu pflegen.

Somit verstärkten auch diese Erfahrungen wie die modernen NDEs die jeweils vorherrschende Religiosität - und zeigen erneut, dass spirituelle Erfahrungen nicht nur in ihrer Entstehung sondern auch in ihren Auswirkungen von der inneren und äußeren Realität des Erlebenden (Religion, Kultur und Psychodynamik) abhängen.

Im Gegensatz zu vielen esoterischen (und auch manchen christlichen) Interpretationen werden im tibetanischen Buddhismus dann auch alle positiven und negativen Sterbe-Visionen als Projektionen des eigenen Selbst und nicht gleich als jenseitige Realitäten verstanden, was die moderne Nahtodforschung bestätigt. Dementsprechend gelten gerade die in den positiven NDEs erlebten mystischen Qualitäten als typische spirituelle Zustände (oder Körper) des menschlichen Bewußtseins (auch schon vor dem Tod).

So ermöglicht z.B. der Bewusstseinszustand bzw. 'Körper der Glückseligkeit' die spirituelle Durchdringung des Absoluten. Dabei kommt es zu Visionen religiös-verehrter Wesen, bestimmter Weisheiten sowie psychologischer und kosmologischer Bezogenheiten. Der dritte Körper stellt den Urgrund aller Erscheinungen, die Wahrheit und die absolute Wirklichkeit dar. Er hat keine bildliche Form, erscheint aber in der Lichterfahrung des NDEs. Diese wiederum ist das Licht der Erkenntnis und (damit) des reinen, höchsten Bewußtseins, also erneut das bildhafte Korrelat einer innerpsychischen, ja neurobiologischen und somit nur nahtodlichen Leistung.

Dieser auch noch immanenten Deutung entsprechend handelt es sich nach dem tibetanischen Buddhismus bei den NDEs also um archetypische Bilder nah- und vortodlicher Bewußtseinszustände, in denen wie im Luzidtraum auch noch eine gewisse Kontrolle über die genannten Bilder ausgeübt werden kann, wie wir das zuweilen auch bei modernen NDEs beobachten. Diese archetypischen Bilder könnten aber auch oneiroidal vereidet ein Abbild realer guter und böser (göttlicher und teuflischer) Kräfte sein, denen man nach dem Tod ausgeliefert ist. Das entspricht auch den Ergebnissen der modernen Nahtodforschung.

So sieht es auch der tibetanische Buddhismus: Nach dem Tod fallen die NDEr dann auf das Niveau ihrer Lebensbilanz und ihres Wesens zurück und können dann die NDE-Bilder auch nicht mehr kontrollieren. Der Mensch würde somit dann in dem Bereich landen, der seinem wirklichen

Wesen - und nicht dem Ekstasezustand zu Beginn der Nahtoderfahrung - entspricht: Niemand wird heilig, bloß weil er stirbt!

Das Licht ist also kein neuer Gott, bei dem die meisten Menschen bleiben dürfen. Tatsächlich gelangen die Menschen mit modernen Nahtoderfahrungen nach der Licht- und Paradieserfahrung an eine Grenze, die sie nicht überschreiten dürfen. Erst danach beginnt das Leben nach dem Tod - von dem wir tatsächlich nichts wissen.

(1195)

Transzendenzenerfahrungen

**Inauguraldissertation zur Erlangung der Doktorwürde der
Philosophischen Fakultät I**

(Philosophie, Sport, Kunstwissenschaften) der Universität Regensburg

vorgelegt von

Stefan Högl aus Niederaichbach

2005

Aus den Seiten 119-121:

...

Die religiösen Texte, die eine schnelle und wirksame Erlösung versprechen und wegen ihrer möglichen Gefahren bei der Anwendung nur mit Anleitung eines Lehrers, des Lama, benutzt werden sollen, heißen Tantras. Die wohl bekannteste, keineswegs aber einzige Sammlung tantrischer Texte ist das Bardo Thödröl³⁹⁵, besser bekannt als das Tibetische Totenbuch.³⁹⁶

Die Gelegenheit zur Erlösung ergibt sich in besonderen Zwischen- bzw. Grenzsituationen, die im Mutterschoß, im Traum und bei der Meditation vorzufinden sind: dem Bardo, von dem es mehrere gibt. Dieser Zustand ist in besonderer Weise mit dem Tod verknüpft, der im Tibetischen Totenbuch mit dem Aussetzen der Atmung beginnt. Im Anschluss daran ergeben sich mehrere Möglichkeiten der Erlösung, die durch Bewusstmachung der zu Lebzeiten erlernten Tantras erreicht werden kann. Letztere werden dem Sterbenden von einem Geistlichen zusätzlich vorgelesen, oft tage- oder wochenlang – auch wenn der Leichnam schon beseitigt wurde.³⁹⁷

Hat der Tote die Chance zu seiner Erlösung im ersten Bardo verstreichen lassen, weil er das helle Licht der Buddhas nicht von seinen karmaverursachten Trugbildern und -lichtern unterscheiden konnte, so macht er im zweiten Bardo ein Erlebnis, das der Tibetologe Klaus Sagaster so schildert: „...es erscheinen ihm Gestalten, Klänge, Lichter und Strahlen, die ihn erschrecken, bedrohen und ängstigen. Sein Bewußtsein hat sich inzwischen mit einem Geistkörper verbunden, einem Körper, der nicht aus Fleisch und Blut besteht, aber mit allen Sinnesfähigkeiten ausgestattet ist, so mit dem Gesichtssinn, den der Verstorbene besitzt, selbst wenn er während seines Lebens blind war. Der Geistkörper besitzt auch Wunderkräfte und kann z.B. gehen, wohin er will...(.) Der Tote sieht nun wie man seinen irdischen Körper entkleidet, ...und er vernimmt das Weinen und Wehklagen seiner Verwandten und Freunde. Doch er kann sich nicht mehr

397 A.a.O., 180-184. 393 Becker, 1985, 5.

394 Becker, 1985, 11-14.

395 Übersetzt bedeutet bardo thödröl etwa „die große Erlösung durch Hören im Zwischenzustand“, wobei der Ausdruck bar-do vermutlich mit „zwischen-zwei“ paraphrasiert werden kann.

396 Vgl. Sagaster, 1978, 175-179 sowie daneben auch Neumaier-Dargyay, 1998, 107-118.

mit ihnen verständigen. Zwar sieht er sie, doch sie können ihn nicht sehen, und deshalb geht er voller Trauer weg.“ 398

Das Tibetische Totenbuch schreibt, in der „Zeit, zu der das Bewußtsein ausgetreten ist“ könne der Tote „nicht erkennen, ob er gestorben ist oder nicht. Er wird seine Verwandten wie früher erblicken und ihr Weinen und Klagen hören.“ 399 Später wird der Tote, „das von Neigungen bestimmte Geistwesen“, beruhigt: „Aber da du keinen physischen Körper aus Fleisch und Blut hast, deshalb können dir die Laute, das Licht und die Strahlen, die da aufscheinen, nichts anhaben, denn du kannst nicht sterben.“ 400 Anschließend macht der Tote die Begegnung mit einer Vielzahl lichtvoller göttlicher Erscheinungen in sieben Abstufungen. In gleicher Weise gestaffelt gibt es Visionen von Furcht einflößenden Gottheiten. 401

Im tibetischen Buddhismus finden sich endlich die für die Forschung relevanten individuellen Erfahrungen, die dabei zugleich glaubhafte körperliche Rahmenbedingungen aufweisen: Erlebnisse am Sterbebett. Sie erinnern in einer erstaunlich eindeutigen Weise an die aus TE bekannten Autoskopieerfahrungen, an das Antreffen anderer Wesen, an akustische und visuelle Eindrücke und an das Erscheinen lichtvoller Wesen, wobei gleichzeitig auch negative Erscheinungen genannt werden. Nicht vergessen werden darf, dass wir hier nicht die individuellen Berichte selbst vorliegen haben, sondern deren Phänomenologie nur mehr indirekt aus der religiösen Quelle eruieren können, in die sie bereits integriert sind. **Dass die erlebten „Trugbilder“ und „Truglichter“ der Glaubenslehre entsprechend bearbeitet wurden, muss freilich angenommen werden.**

398 A.a.O., 184 - das Tibetische Totenbuch bezeichnet die Visionen als Trugbild, von denen sich der Tote nicht beindrucken lassen dürfe. Es finden sich außer im ersten noch einige weitere Möglichkeiten der Erlösung im zweiten wie auch im dritten Bardo.

399 Das Tibetische Buch der Toten, 1999, 94.

400 A.a.O., 103.

401 A.a.O., 103-152.

Tibetische Delogs

Die tibetischen Delogs 402 wurden im Zusammenhang mit zeitgenössischen Erfahrungen bereits kurz erwähnt, weisen aber darüber hinaus eine weit zurückreichende Tradition auf. Die jungen Leute, die in der tibetischen Kultur so bezeichnet werden, **liegen wegen einer schweren Krankheit einige Tage wie tot in einer Hütte in den Bergen des Himalayas und werden von den Angehörigen bereits betrauert. Später aber berichten sie, sie hätten ihren Körper in dieser Zeit verlassen. Dann seien sie von ihrer persönlichen Gottheit begleitet worden und hätten den Furcht einflößenden Herrn des Todes selbst getroffen. Die Delogs unternehmen eine Reise in die Hölle, wo sie leidende Sünder antreffen. Der Besucher trifft seine verstorbenen Verwandten und reist durch das Paradies. Bei der Rückkehr zum Thron des Totenherrschers beobachtet die betreffende Person die schreckliche Verurteilung der Seelen mit einem Maß, einer Brücke oder einem Spiegel. Danach wird sie selbst beurteilt und erhält eine Botschaft. Diese übermittelt sie nach ihrer Rückkehr in den Körper.**⁴⁰³

Bei den Delogs handelt es sich zumeist um Frauen. Diese werden von den Gläubigen in Tibet verehrt, von anderen Buddhisten dagegen ignoriert. Die Delogs blieben am Rande einer archaischen himalayischen Tradition, obwohl sie viel von jenem neuen Buddhismus aufgenommen hatten, der im 7. Jahrhundert über Indien nach Tibet gekommen war.⁴⁰⁴ **Seit dem 16. Jahrhundert sind die Berichte der Delogs ein eigenes literarisches Genre, doch gibt es solche Texte seit dem 12. Jahrhundert.**⁴⁰⁵

Die Delog-Texte, die mit einem Gebet begonnen werden, erinnern aufgrund ihrer Phänomenologie stark an die mittelalterlichen Jenseitsreisen, die später noch eingehend erörtert werden. Der religiöse Einfluss scheint hier in gleicher Intensität vorzuliegen.

402 Der verschriftliche Begriff *Das Log* wird unterschiedlich buchstabiert und wie das engl. „Day Log“ ausgesprochen.

403 Einen Vergleich bietet Bailey, 2001, 146-152.

404 Vgl. Bailey, 2001, 139-140.

405 Vgl. Bailey, 2001, 141-146 – erst seit den 90er Jahren des 20. Jahrhunderts gibt es hierzu auch im Westen ausführliche Studien, die sich auf Tibet, Nepal und Bhutan erstrecken.

Wo war die sich mehr als zehn Jahre war sie ein Teil hier genau ein Jahr