

Weißeritzgymnasium Freital

Facharbeit

**Nahtoderfahrungen: Bedeutung,  
wissenschaftliche Erklärung und  
Bewusstseinsauswirkung**

Betreuende Lehrerin: Frau Frey

Externer Betreuer: Herr Schaldach

Maja Schmieder, 10/5

Schuljahr 2024/25

Freital, 03.01.2025

# Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung .....	3
2 Nahtoderfahrungen: Definition und Merkmale .....	4
3 Wissenschaftliche Erkenntnisse über Nahtoderfahrungen .....	4
3.1 Forschungen zu Nahtoderfahrungen .....	4
3.1.1 Entwicklung der wissenschaftlichen Forschung zu Nahtoderfahrungen .....	5
3.1.2 Wer, wann und wo kommt es zu einer Nahtoderfahrung .....	6
3.1.3 Ursachen einer Nahtoderfahrung .....	7
3.2. Funktion des Gehirns .....	7
3.2.1 Was passiert im Gehirn während einer Nahtoderfahrung .....	8
3.2.2 Gehirn und Bewusstsein .....	10
4 Folgen einer Nahtoderfahrung .....	11
5 Analyse verschiedener Nahtoderfahrungen .....	13
5.1 Elemente der Nahtoderfahrungen .....	14
5.2 Auswirkungen auf das Leben und Bewusstsein .....	15
5.3 Schlussfolgerung der Ergebnisse .....	16
6 Fazit .....	17
Anhang .....	18
Quellen .....	29
Selbstständigkeitserklärung .....	30

# 1 Einleitung

Was geschieht nach unserem Tod? Wohin geht unser Bewusstsein nachdem wir sterben? Treffen wir verstorbene Familienmitglieder oder Freunde wieder? Oder ist der Tod das unwiderrufliche Ende unserer Existenz?

Diese Fragen beschäftigen die Menschheit schon sehr lang und während viele verschiedene Theorien dazu bestehen, glauben manche Menschen, Antworten durch eigene Erfahrungen zu haben. Diese Erlebnisse nennt man Nahtoderfahrungen. Dabei berichten Betroffene von außergewöhnlichen Erfahrungen, wie dem Gefühl, den eigenen Körper zu verlassen, ein helles Licht am Ende eines Tunnels zu sehen oder von einem Gefühl von Frieden und Schmerzlosigkeit.

Ich habe mich für das Thema der Nahtoderfahrungen entschieden. Dabei möchte ich auf wissenschaftliche Erkenntnisse und die Bewusstseinsauswirkungen eingehen. Ich habe dieses Thema gewählt, da ich es äußerst spannend finde, was Menschen von ihren Nahtoderfahrungen berichten und wie vielfältig diese Erlebnisse sind. Außerdem wissen wir sehr wenig über den Tod und darüber, was mit unserem Bewusstsein passiert, nachdem wir sterben. Laut dem heutigen Stand gibt es keine oder nur wenige wissenschaftliche Erklärungen für eine Nahtoderfahrung.

Meinen Schwerpunkt habe ich auf wissenschaftliche Erkenntnisse und deren Forschung über Nahtoderfahrungen gesetzt. Dabei setze ich mich vor allem mit der Funktion des Gehirns auseinander und was im Gehirn passiert, nachdem wir sterben. Mein zweiter Schwerpunkt liegt bei der Bedeutung und den Folgen der Nahtoderfahrungen für Betroffene.

Außerdem beinhaltet meine Arbeit eine Analyse verschiedener Nahtoderfahrungen. Darin untersuche ich die Elemente einer Nahtoderfahrung und die Folgen für die Betroffenen. Das Ziel meiner Arbeit ist es, einen klaren und umfassenden Überblick über Nahtoderfahrungen zu geben und wissenschaftliche, sowie persönliche Perspektiven zu beleuchten. Dabei soll gezeigt werden, welche Erklärungen die Wissenschaft dafür hat, was Menschen von ihren Nahtoderfahrungen berichten und welche Auswirkungen solche Erlebnisse auf unser Verständnis von Leben und Tod haben können.

## **2 Nahtoderfahrungen: Definition und Merkmale**

Eine Nahtoderfahrung ist ein Bewusstseinszustand, in dem einem klar ist tot zu sein. Es ist eine lebensverändernde Erfahrung, die Personen erleben, welche dem Tod sehr nahe waren oder bereits für klinisch tot erklärt wurden. Eine Nahtoderfahrung kann in vielen verschiedenen Situationen auftreten, wie zum Beispiel bei einem Herzstillstand, im Koma oder durch Krankheiten, aber auch bei Meditationen, Isolation oder Existenzkrisen. Meist werden Nahtoderfahrungen von den Betroffenen als positiv gesehen oder sogar als Geschenk.

Eine Nahtoderfahrung besteht meist aus verschiedenen Elementen. Allerdings sehen fast alle Betroffene annähernd die gleichen Bilder, wie zum Beispiel das Verlassen des eigenen Körpers, ein helles Licht am Ende eines Tunnels, eine Lebensrückschau, die Begegnung mit verstorbenen Verwandten und dem Gefühl von Frieden und Schmerzlosigkeit. Dies sind die häufigsten Merkmale einer Nahtoderfahrung. Andere Betroffene berichteten auch von dem Hören wunderbarer Musik, vom Betrachten wunderschöner Landschaften oder von Begegnungen mit sogenannten Lichtwesen oder anderen göttlichen Gestalten.

Nicht alle dieser Elemente treten in gleicher Reihenfolge bei jeder Nahtoderfahrung auf. Jede Nahtoderfahrung ist eine einmalige und individuelle Erfahrung. Allerdings beschreiben alle Betroffenen ihre Nahtoderfahrung als absolut real und tiefgreifend. Ihre Erlebnisse hinterlassen einen starken Eindruck und sorgen meist dafür, dass die Personen sich auch Jahre später noch genau an ihre Nahtoderfahrung erinnern können.<sup>1</sup>

## **3 Wissenschaftliche Erkenntnisse über Nahtoderfahrungen**

### **3.1 Forschungen zu Nahtoderfahrungen**

Das Phänomen der Nahtoderfahrungen wird in der Wissenschaft aus verschiedenen Perspektiven betrachtet. Die wissenschaftliche Forschung ist dabei sehr umstritten. Ist es überhaupt möglich, wissenschaftlich fundierte und gültige Aussagen über ein Leben nach dem Tod zu machen?<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Vgl.: [www.nahtoderfahrung-muenchen.de](http://www.nahtoderfahrung-muenchen.de) , Datum des Abrufs: 04.10.2024.

<sup>2</sup>Vgl.: [www.nahtod.ch/forschung/nte-als-forschungsgegenstand](http://www.nahtod.ch/forschung/nte-als-forschungsgegenstand) , Datum des Abrufs: 05.10.2024.

### **3.1.1 Entwicklung der wissenschaftlichen Forschung zu Nahtoderfahrungen**

Die erste systematische Studie zur Nahtoderfahrung stammt von dem Schweizer Geologen Albert Heim aus dem Jahr 1892.<sup>3</sup> In den Jahren 1975 bis 2005 wurden insgesamt 42 Studien mit etwa 2500 Menschen, welche eine Nahtoderfahrung erlebten, in wissenschaftlichen Zeitschriften und Büchern veröffentlicht. Dabei handelte es sich oft um Untersuchungen mit wenigen Patienten oder um Studien, welche sich nur auf Briefe stützten und nicht auf persönlichen Interviews basierten. Trotz des unterschiedlichen Aufbaus dieser Studien zeigte sich eine auffallende Übereinstimmung in den Ergebnissen und Schlussfolgerungen bezüglich der inhaltlichen Aspekte und Folgen einer Nahtoderfahrung. Bis ins Jahr 2000 waren die meisten Studien retrospektiv<sup>4</sup> angelegt. Die Teilnehmer meldeten sich meist selbstständig und freiwillig, daher sind es meist Personen, deren Erfahrungen schon mehrere Jahre zurückliegen, so dass die medizinischen Umstände ihrer Nahtoderfahrung nicht mehr ermittelbar sind. Retrospektiven Studien mangelt es daher an einer wissenschaftlich fundierten Auswahl der Patienten, daher sind sie weniger verlässlich. Zur Sammlung allgemeiner Informationen über Nahtoderfahrungen sind sie allerdings sehr nützlich. Jedoch können sie meist keine konkreten Fragen zur Entstehung einer Nahtoderfahrung beantworten und nicht erklären, wie ein klares Bewusstsein während eines Herzstillstandes möglich ist. Um diese Nachteile zu umgehen wurden in den letzten Jahren einige prospektive<sup>5</sup> Studien durchgeführt und in medizinischen Fachzeitschriften veröffentlicht. Prospektive Studien können ausschließlich mit Patienten durchgeführt werden, welche sich in einer eindeutig diagnostizierten, gesundheitlich kritischen Situation befanden. Bei einer solchen Studie tritt man wenige Tage nach ihrem Herzstillstand oder dem Erwachen aus dem Koma an die Patienten heran, mit der Frage, ob ihnen aus der Zeit ihrer Bewusstlosigkeit etwas in Erinnerung geblieben ist.

<sup>3</sup>Vgl.: [www.katholisch.de/artikel/19786](http://www.katholisch.de/artikel/19786) , Datum des Abrufes: 14.12.2024.

<sup>4</sup> Retrospektive bezeichnet einen Rückblick auf bereits geschehene Ereignisse. ([de.wikipedia.org/wiki/Retrospektive](https://de.wikipedia.org/wiki/Retrospektive) , Datum des Abrufes: 05.10.2024)

<sup>5</sup> Das bildungssprachliche Adjektiv prospektiv bedeutet „auf die Zukunft gerichtet“, „die Weiterentwicklung betreffend“ oder „zu erwarten“. ([neueswort.de/prospektiv/#wbounce-modal](https://neueswort.de/prospektiv/#wbounce-modal) , Datum des Abrufes: 05.10.2024)

Somit können alle medizinischen und persönlichen Daten genau erfasst werden. Außerdem kann mit Hilfe einer Kontrollgruppe untersucht werden, ob Unterschiede zu Patienten vorliegen, die einen Herzstillstand oder ein Koma ohne eine Nahtoderfahrung überlebt haben. Daher haben prospektive Studien einen viel höheren wissenschaftlichen Wert.<sup>6</sup>

### **3.1.2 Wer, wann und wo kommt es zu einer Nahtoderfahrung**

In allen Studien zeigte sich kein Zusammenhang zwischen dem Auftreten oder Ausbleiben einer Nahtoderfahrung und den folgenden Merkmalen: soziale Klasse, Rasse, Geschlecht, Bildungsniveau, Beruf, Wohnort, Familienstand und Religionszugehörigkeit.<sup>7</sup>

Rund 20% der Patienten, die nach einem Herzstillstand wiederbelebt wurden, berichteten über ein Nahtoderlebnis. Davon hatten nur ca. 22% positive Gefühle, wie Glück, Wärme, Familie, Tiere und Pflanzen. Alle anderen berichteten von negativen Erfahrungen.<sup>8</sup>

Lediglich das Alter spielt bei dem Erleben einer Nahtoderfahrung eine gewisse Rolle. Je jünger der Patient ist, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass er von einer Nahtoderfahrung berichtet. Etwa 67% der Kinder, die dem Tod nahe waren, erlebten eine Nahtoderfahrung. 48% der durchschnittlich 37 Jahre alten Patienten schilderten eine Nahtoderfahrung. Bei den durchschnittlich 49 Jahre alten Patienten gab es 43%, die sich an eine Nahtoderfahrung erinnern konnten.

Wie in Kapitel 2 schon beschrieben, können Nahtoderfahrungen nicht nur in lebensbedrohlichen Krisen auftreten, sondern auch dann, wenn keine körperliche und psychische Gefahr besteht. Man unterscheidet in Situationen, bei denen die Gehirnfunktionen schwerwiegend in Mitleidenschaft gezogen sind und in Situationen, bei denen die Gehirnfunktion nicht in Mitleidenschaft gezogen ist. Ersteres wäre zum Beispiel ein Herzstillstand bei Patienten mit einem Herzinfarkt, ein Koma durch Gehirnschädigung bei einem Verkehrsunfall oder während einer Narkose (meist bei Komplikationen während einer Operation).

<sup>6</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 112-114.

<sup>7</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 115.

<sup>8</sup>Vgl.: [www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/zwischen-leben-und-tod-es-gibt-sieben-arten-von-nahtoderfahrung-wunderschoen-bis-schrecklich\\_](http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/zwischen-leben-und-tod-es-gibt-sieben-arten-von-nahtoderfahrung-wunderschoen-bis-schrecklich_), Datum des Abrufs: 07.10.2024.

Situationen, in denen die Gehirnfunktion nicht in Mitleidenschaft gezogen werden, wären zum Beispiel bei ernsten, aber nicht lebensbedrohlichen Erkrankungen, die mit hohem Fieber einhergehen, bei Depressionen oder während einer Meditation. Auch bei nicht klar identifizierbaren medizinischen Ursachen kann es zu einem Nahtoderlebnis kommen, etwa bei einem Spaziergang in der Natur.<sup>9</sup> Dies kann auf eine tatsächliche lebensbedrohliche Situation zurückzuführen sein oder durch extreme psychische oder spirituelle Zustände hervorgerufen werden. Die Wahrnehmungen währenddessen sind individuell und hängen stark von der Verfassung des Betroffenen ab.<sup>10</sup>

### **3.1.3 Ursachen einer Nahtoderfahrung**

Die meisten Wissenschaftler gehen davon aus, dass das Auftreten einer Nahtoderfahrung auf Sauerstoffmangel im Gehirn zurückzuführen ist. Andere Wissenschaftler glauben, dass psychologische Reaktionen auch eine Rolle spielen könnten.<sup>11</sup>

Neurobiologen und Neurobiologinnen betrachten Nahtoderfahrungen vor allem als Symptome, bei denen bestimmte Gehirnfunktionen kurzfristig stillliegen. Demnach seien Nahtoderfahrungen mit einem Schock, einer posttraumatischen Belastungsstörung oder einer Narkose vergleichbar.<sup>12</sup>

## **3.2. Funktion des Gehirns**

Das Gehirn ist die Steuerzentrale des menschlichen Körpers. Es besteht aus mehreren Milliarden Gehirnzellen, welche miteinander verknüpft sind. Das Gehirn benötigt viel Sauerstoff und Glukose. Bekommt es davon zu wenig, reagiert es äußerst empfindlich.<sup>13</sup>

<sup>9</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 117-118.

<sup>10</sup>Vgl.: ChatGPT (*Wie kann es bei einem Spaziergang in der Natur zu einer Nahtoderfahrung kommen?*), Datum des Abrufs: 14.12.2024.

<sup>11</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 120.

<sup>12</sup>Vgl.: [www.heilpraxisnet.de/symptome/nahtoderfahrungen-erklaerungen-beispiele-erlebnisberichte/](http://www.heilpraxisnet.de/symptome/nahtoderfahrungen-erklaerungen-beispiele-erlebnisberichte/), Datum des Abrufs: 07.10.2024

<sup>13</sup>Vgl.: [www.netdokter.de/anatomie/gehirn/](http://www.netdokter.de/anatomie/gehirn/), Datum des Abrufs: 09.10.2024.

### 3.2.1 Was passiert im Gehirn während einer Nahtoderfahrung

Was zum Zeitpunkt eines Herzstillstandes im Gehirn passiert, ist bislang kaum erforscht. Das menschliche Gehirn macht nur 2% des eigenen Körpergewichtes aus, verbraucht jedoch 15-20% der gesamten Energie. Sauerstoffmangel führt zu einem funktionellen Ausfall aller Zellsysteme und Organe im gesamten Körper. Einige Zellen kommen mit Sauerstoffmangel jedoch besser zurecht als andere. Das Gehirn reagiert dabei am empfindlichsten.<sup>14</sup>

Wenn der Herzschlag und die Atmung aussetzen, sinkt die Sauerstoffkonzentration im Gehirn nach wenigen Sekunden. Dann verliert der Mensch das Bewusstsein, weil die Neuronen in eine Art Sparmodus schalten. Nach 30 bis 40 Sekunden stoppt die gesamte Aktivität des Gehirns – so der bisherige Stand der Forschung. Die Nervenzellen sind dann jedoch noch nicht unwiderruflich geschädigt. „Zuerst kommt eine Phase ohne Aktivität, in der die Neurone lediglich gehemmt, aber noch lebendig sind. Sobald die Durchblutung erneut einsetzt, arbeiten sie wieder normal“, erklärt der Neurologe Jens Dreier den Vorgang. Jens Dreier ist Professor am Zentrum für Schlaganfallforschung in Berlin und Oberarzt an der Charité. Wenn die Durchblutung des Gehirns erstmals unterbleibt, braucht die Zelle dringend Energie. „Der Körper produziert diese normalerweise aus Glukose und Sauerstoff. Gibt es nicht mehr genug davon, können die Membranpumpen, die das Spannungsgefälle erzeugen, nicht mehr arbeiten. Nach ein paar Minuten entsteht eine riesige Depolarisationswelle<sup>15</sup>, [...], bei der sich die Nervenzellen ähnlich wie bei einem Kurzschluss nacheinander entladen. Wir haben sie 2018 erstmals beim Menschen nachgewiesen.“<sup>16</sup> So Jens Dreier. Seiner Meinung nach könnten die bei Nahtoderfahrungen beschriebenen Lichterscheinungen auf diesen Prozess zurückzuführen sein. Überraschenderweise könnten die Zellen diesen Zustand für einige Zeit überleben. Wie lange die Zellen dies überleben können, hängt von Faktoren, wie der Außentemperatur oder dem Lebensalter des Menschen ab. Jens Dreier zufolge treten Depolarisationswellen bei Schlaganfällen, beim Sterben oder im gesamten Gehirn auf. Auch bei der Migräneaura konnten Depolarisationswellen nachgewiesen werden.

<sup>14</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 179-180.

<sup>15</sup>Eine Depolarisationswelle ist die Ausbreitung eines elektrischen Signals entlang der Zellmembran, bei dem die Spannung im Inneren der Zelle kurzfristig positiver wird. Sie tritt in Nerven- und Herzmuskelzellen auf. Vgl.: Chatgpt (*Was ist eine Depolarisationswelle kurz erklärt?*) , Datum des Abrufs: 09.10.2024.

<sup>16</sup>Vgl.: [www.doccheck.com/de/detail/articles/45563-nahtod-hirnfunktion-am-seidenen-faden](http://www.doccheck.com/de/detail/articles/45563-nahtod-hirnfunktion-am-seidenen-faden) , Datum des Abrufs: 09.10.2024.

Ein Forschungsteam von der University of Michigan veröffentlichte dazu eine Studie in der Zeitschrift *PNAS*. Sie untersuchten inwiefern das Gehirn während des Sterbens aktiv ist, dabei beobachtete das Forschungsteam die Gehirnaktivität von vier komatösen, im Sterben liegenden Personen mittels Elektroenzephalographie (EEG). Bei zwei der vier Personen konnten in der frühen Nahtodphase eine erhöhte interhemisphärische Konnektivität – so nennt man die Verknüpfung der verschiedenen Hirnareale – festgestellt werden. Eine solche interhemisphärische Konnektivität sei wichtig für das Aufrufen von Erinnerungen oder die bewusste Wahrnehmung. Außerdem konnten sie einen deutlichen Anstieg der Herzfrequenz und der Gammawellen in verschiedenen Hirnregionen erkennen. Gammawellen sind schnelle Gehirnwellen, die zum Beispiel bei starker geistiger Anstrengung, bei Meditation, beim Lernen oder bei erhöhter Aufmerksamkeit auftreten. Außerdem konnten sie auch bei Halluzinationen oder bei Träumen aufgezeichnet werden. Auch in der späteren Nahtodphase blieb die Gammawellen-Aktivität erhöht. Derartige Gammawellen-Schübe werden durch Sauerstoffmangel im Gehirn verursacht. Möglicherweise könnten Nahtoderfahrungen also durch die starke interhemisphärische Verknüpfung und die gesteigerte Gammawellen-Aktivität ausgelöst werden.

Ob die Patienten aus dieser Studie tatsächlich eine Nahtoderfahrung erlebten bleibt ungeklärt. Alle Personen starben trotz Wiederbelebensmaßnahmen an ihren Herzstillständen. Trotzdem geht das Forschungsteam davon aus, dass die starke Gammawellen-Aktivität in verschiedenen Hirnarealen gewisse Nahtoderfahrungen erklären können. Das Ergebnis ihrer Forschung: „Unsere Hirne sind im Moment des Sterbens noch einmal in diversen Arealen besonders aktiv – und sogenannte Gammawellen könnten die sich ähnelnden Nahtoderfahrungen auslösen.“<sup>17</sup>

<sup>17</sup>Vgl.: [www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2023/05/nahtoderfahrung-was-passiert-im-gehirn-wenn-wir-sterben-medizin](http://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2023/05/nahtoderfahrung-was-passiert-im-gehirn-wenn-wir-sterben-medizin), Datum des Abrufs: 09.10.2024.

### 3.2.2 Gehirn und Bewusstsein

Das Bewusstsein beschreibt die Fähigkeit des Menschen zur Wahrnehmung des eigenen Ichs. Forscher gehen davon aus, dass das Bewusstsein auf der Basis von Hirnfunktionen entsteht. Somit sind für die Entwicklung des Bewusstseins bestimmte Leistungen des Gehirns notwendig. Diese sind wiederum eng mit dem Bau des Gehirns verknüpft. Wahrscheinlich gibt es im Gehirn keinen fest abgegrenzten Abschnitt, welcher den Sitz des Bewusstseins darstellt. Das Bewusstsein gilt nicht als höchste Instanz des Gehirns von einem bestimmten Ort aus, das ihm untergeordnete Bereiche steuert. Es handelt sich eher um ein Zusammenspiel unterschiedlichster Areale im Gehirn. Bewusstsein entsteht nur dann, wenn das Zusammenwirken der Teile so komplex wird, dass es zu einer neuen Art der Selbstorganisation führt. Das Ergebnis ist eine Art „Inneres Auge“, das sich selbst beobachten kann und so Wahrnehmungen, Denkprozesse, Gefühle und Handlungen bewusst machen kann. Trotz aller Erkenntnisse der Gehirnforschung steht eine umfassende Erklärung für das Phänomen Bewusstsein noch aus.<sup>18</sup>

Während eines Herzstillstandes sind deutliche Bewusstseins Erfahrungen möglich, diese sind verbunden mit Erinnerungen, klarem Denken und Emotionen. Wenn ein Patient klinisch tot ist, weil sein Gehirn nicht mehr durchblutet wird, kommen alle messbaren und klinisch nachweisbaren Gehirnaktivitäten zum Erliegen. Aber wie lässt sich dies erklären? Das Gehirn besteht schließlich nur aus Materie, aus Atomen und Molekülen, diese fungieren wiederum als Bausteine von Zellen mit all ihren chemischen und elektrischen Prozessen.<sup>19</sup>

Der niederländische Kardiologe und Nahtodforscher Pim van Lommel kam zu der Überzeugung, dass das Bewusstsein weder an eine bestimmte Zeit noch an einen bestimmten Ort gebunden ist. Dieses Phänomen bezeichnet man als Nicht-Lokalität. In einem solchen Raum, in dem Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gleichzeitig existieren und zugänglich sind, sei das vollkommene und endlose Bewusstsein allgegenwärtig. Unser Bewusstsein ist ständig um uns herum und in uns präsent.<sup>20</sup>

<sup>18</sup>Vgl.: [www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/gehirn-nervensystem/bewusstsein/](http://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/gehirn-nervensystem/bewusstsein/), Datum des Abrufs: 09.10.2024.

<sup>19</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 193-194.

<sup>20</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 22.

Die Annahme eines nicht-lokalen und endlosen Bewusstseins macht eine große Zahl außergewöhnlicher Bewusstseinserebnisse begreifbar, wie zum Beispiel mystische und religiöse Erfahrungen, Sterbebettvisionen oder Fernwahrnehmungen. „Unser Bewusstsein hat weder ein Anfang noch wird es je ein Ende haben. Wir sollten die Möglichkeit ernstlich in Erwägung ziehen, dass der Tod ebenso wie die Geburt nur ein Übergang in einen anderen Bewusstseinszustand darstellen könnte [...]“<sup>21</sup> So schreibt Pim van Lommel in seinem Buch *Endloses Bewusstsein*. Zusammenfassend lässt sich daher sagen, dass das endlose Bewusstsein schon immer unabhängig von unserem Körper existierte und auch zukünftig weiterhin existieren wird. So erklärt van Lommel auch eine Nahtoderfahrung und was Menschen währenddessen erleben.

## **4 Folgen einer Nahtoderfahrung**

Auf Geschichten von Nahtoderfahrungen reagieren viele Menschen skeptisch, mit Unglauben und stellen kritische Fragen. Wenn man selbst keine Nahtoderfahrung erlebt hat, kann man sich nur schwer vorstellen, was passiert nachdem man stirbt. Außerdem kann man sich kaum vorstellen, wie sich das bestehende Weltbild völlig auf den Kopf stellt. Die meisten Betroffenen sagen, dass sich ihr Blick auf das Leben und auf das, was im Leben wirklich zählt nach ihrer Nahtoderfahrung komplett verändert hat. Von nun an leben sie ihr Leben anders und haben keine Angst mehr vor dem Tod.

Unabhängig von der Ursache einer Nahtoderfahrung lässt sich bei den meisten Menschen nach einer solchen Erfahrung ein tiefgreifender Wandel der Lebenseinstellung, der Glaubensauffassung, der Werte und des Verhaltens beobachten. Immer wieder wird die größere Wertschätzung und Glückseligkeit des Lebens hervorgehoben. Äußerlichkeiten, wie teure Autos oder große Häuser, verlieren an Bedeutung. Die Nahtoderfahrung erweist sich als neue Lebenserkenntnis und neue Lebenseinstellung. Akzeptanz und bedingungslose Liebe für sich selbst, andere und die Natur stehen nun im Mittelpunkt.<sup>22</sup>

<sup>21</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 23.

<sup>22</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 72.

In den meisten Veröffentlichungen über Nahtoderfahrungen werden vor allem die positiven Seiten dieses Wandels beleuchtet, obwohl viele Menschen nach einer Nahtoderfahrung mit negativen Reaktionen konfrontiert werden. Oft nehmen Angehörige, Bekannte oder professionelle Helfer die Aussagen der Betroffenen nicht ernst oder deuten sie als Traum. Dies macht es für die Betroffenen schwer zu verstehen und zu akzeptieren was sie erlebt haben. Oft müssen sie ihre Erlebnisse also allein interpretieren und verarbeiten. Vor allem in den ersten Jahren nach einer Nahtoderfahrung leiden einige Menschen unter Depressionen, Heimweh und Einsamkeit. Die positiven Aspekte erfahren die meisten Menschen erst dann, wenn sie ihr Nahtoderlebnis akzeptieren und integrieren. Sind die ersten Reaktionen negativ oder ablehnend sind die Akzeptanzprobleme oft deutlich größer als bei ersten positiven und interessierten Reaktionen. Je mehr Personen positiv reagieren, desto einfacher und schneller kann der Betroffene seine Situation selber verstehen und akzeptieren. Gibt es keine Möglichkeit für den Betroffenen über sein Nahtoderlebnis zu sprechen, setzt der Verarbeitungsprozess häufig gar nicht erst ein. Natürlich gibt es auch Menschen, die ihre Erfahrungen lieber im Stillen und für sich selbst verarbeiten. Manche Menschen interpretieren ihre Nahtoderfahrung und die sich daran anschließende Veränderungen als Tod und Wiedergeburt im spirituellen Sinne. Die Religiosität und das Interesse an Spiritualität und Meditation nimmt nach einer Nahtoderfahrung meist zu. Menschen, die einen Herzstillstand ohne eine Nahtoderfahrung überlebten zeigen ein deutlich geringeres Interesse an Spiritualität. Nach einer Nahtoderfahrung erleben Menschen nicht nur psychische Veränderungen, auch körperliche Veränderungen können auftreten. So entsteht gelegentlich eine Überempfindlichkeit gegen grelles Licht, vor allem gegen Sonnenlicht. Grundsätzlich entsteht eine stärkere Sensibilität gegenüber allen Sinneseindrücken, zum Beispiel Geräuschen, Geschmacksempfindungen, haptische Eindrücke, Gerüche, Druck oder Berührungen. Einige Betroffene können keine körperliche Nähe mehr ertragen. Viele Menschen werden lärmempfindlicher, ziehen sich oft und gerne in die Stille zurück und entwickeln eine Vorliebe für beruhigende Musik. Außerdem vertragen manche Menschen nach einer Nahtoderfahrung weniger Alkohol oder sind allergisch gegen ganz normale Medikamente. Ab und zu treten auch Veränderungen des Stoffwechsels oder der Körperenergie auf.<sup>23</sup>

<sup>23</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 77-87.

Abschließend kann gesagt werden, dass die Auswirkungen einer Nahtoderfahrung und der Verarbeitungsprozess von der Tiefe der Nahtoderfahrung, der Persönlichkeitsstruktur des Betroffenen, vom jeweiligen kulturellen Hintergrund und von Umweltfaktoren abhängig sind. Mit Umweltfaktoren sind die Reaktionen von Angehörigen, Freunden und Helfern gemeint, die die Kommunikation über eine Nahtoderfahrung ermöglichen.<sup>24</sup>

## **5 Analyse verschiedener Nahtoderfahrungen**

(siehe Anhang: Interviewfragebögen 1 bis 6)

Um die Ursachen, Elemente und Folgen einer Nahtoderfahrung besser zu verstehen, habe ich die Erlebnisse von 6 verschiedenen Personen, mit einer Nahtoderfahrung, analysiert. Das Ziel dabei war es, Muster und individuelle Unterschiede einer Nahtoderfahrung zu erkennen. Mein Fokus lag bei den Ursachen der Erfahrungen, den Elementen und ihren Folgen. Die Personen wurden anonymisiert, daher spreche ich sie mit Teilnehmer<sup>25</sup> 1 bis 6 an. Es handelt sich um 4 Männer und 2 Frauen im Alter von 22 bis 64 Jahren. Lediglich 2 der 6 Teilnehmer waren zum Zeitpunkt ihrer Nahtoderfahrung klinisch tot.

Teilnehmer 1 erlebte seine Nahtoderfahrung in seinem 30. Lebensjahr durch einen anaphylaktischen Schock durch eine Medikamentenallergie. Er war für etwa eine dreiviertel Stunde klinisch tot. Teilnehmer 2 war zur Zeit seiner Nahtoderfahrung 22 Jahre alt. Die Ursache war eine Lebensmittelvergiftung und eine Virusgrippe fast gleichzeitig. Teilnehmer 3 erlebte seine Nahtoderfahrung während einer Operation, aufgrund eines Darmverschlusses. Zu dieser Zeit war er 3 Jahre alt. Teilnehmer 4 war 18 Jahre alt und erlebte, durch einen Autounfall, eine Nahtoderfahrung. Teilnehmer 5 war zur Zeit der Nahtoderfahrung 22 Jahre alt. Der Grund war ein Motorradunfall, durch den er für etwa 2 Minuten klinisch tot war. Teilnehmer 6 ist 55 Jahre alt. Die Ursache seiner Nahtoderfahrung war eine Krebserkrankung mit einer akuten Lungenentzündung.

<sup>24</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 99.

<sup>25</sup> Im Sinne der besseren Lesbarkeit werden personenbezogene Bezeichnungen, die sich auf verschiedene Geschlechter beziehen, nur in der männlichen Form aufgeführt.

## 5.1 Elemente der Nahtoderfahrungen

(siehe Anhang: Interviewfragebögen 1 bis 6)

Betrachtet man die 6 Nahtoderfahrungen in ihren Erlebnissen und Elementen sind große Gemeinsamkeiten erkennbar. Bei den Teilnehmern 1 bis 4 zeigten sich die typischsten Merkmale einer Nahtoderfahrung. Etwa ein helles Licht am Ende eines Tunnels, eine Lebensrückschau, sowie das Gefühl den eigenen Körper zu verlassen. Teilnehmer 1 beobachtete sich selbst neben dem Krankenhausbett und hörte dabei Stimmen neben sich. Zwei Lichtwesen, die jegliche Lebensfragen beantworteten. Es war eine Art Frage-Antwort-Spiel, dabei fühlte sich der Teilnehmer geborgen und in Frieden. Teilnehmer 2 schlief im Krankenhaus ein und sah ein helles Licht am Ende eines Tunnels. Die Seele blickte dann von der Decke auf den Körper hinab. Er beschreibt es, als einen extrem tiefen Schlaf. Teilnehmer 3 beobachtete ebenfalls seinen Körper während einer Operation, dabei hörte er die Ärzte sprechen. Außerdem spürte er Frieden und Geborgenheit. Teilnehmer 4 blickte nach seinem Autounfall von oben auf das Auto hinab. Wie in einem Zeitsprung war er in seinem Körper zurück. Fast alle Teilnehmer berichteten von einem Gefühl von Frieden und Schmerzlosigkeit. Teilnehmer 5 und 6 erlebten keine Nahtoderfahrung in diesem Sinne. Teilnehmer 5 berichtete von einer „schwarzen Leere“. Er sei frei von Bewusstsein gewesen und beschrieb es als einen friedlichen Schlaf. Teilnehmer 6 erfuhr ebenfalls eine Leere. Er beschäftigte sich zuvor intensiv mit dem Tod und sagt, er habe seine Lebensrückschau selbst hervorgerufen. Zwei Teilnehmer sahen ein helles Licht während ihrer Nahtoderfahrung. Vier Teilnehmer hatten das Gefühl ihren eigenen Körper zu verlassen. Fünf Teilnehmer spürten ein Gefühl von Frieden und Schmerzlosigkeit. Eine Lebensrückschau erlebten zwei Personen. Zudem war ein Teilnehmer im Austausch mit Lichtwesen und zwei Teilnehmer erfuhren eine „schwarze Leere“. Keiner der Teilnehmer begegnete verstorbenen Verwandten oder Freunden während seiner Nahtoderfahrung.

## 5.2 Auswirkungen auf das Leben und Bewusstsein

(siehe Anhang: Interviewfragebögen 1 bis 6)

Nahtoderfahrungen können tiefe Spuren im Leben der Betroffenen hinterlassen. Oft führen diese Erlebnisse zu positiven, manchmal tiefgreifenden Nachwirkungen. Viele Betroffene erleben eine Persönlichkeitsveränderung oder eine Veränderung der Sicht auf Leben und Tod.<sup>26</sup>

Bei vier der sechs Teilnehmer hat sich die Sicht auf das Leben und den Tod gewandelt. Für Teilnehmer 1 gibt es den Tod in der Form nicht. Wir würden lediglich in eine andere Ebene eintreten um dort zu wirken. Teilnehmer 2 konnte seine schon damals existierenden Kenntnisse über die andere nichtweltliche Ebene vertiefen.

Teilnehmer 5 glaubt weder an einen Gott noch an den Himmel nach seiner Nahtoderfahrung und Teilnehmer 6 wertschätzt jede Minute seines Lebens. Beide haben keine Angst mehr vor dem Tod.

Bei Teilnehmer 3 und 4 hat sich die Sicht auf den Tod gar nicht bis wenig gewandelt.

Teilnehmer 3 war zum Zeitpunkt seiner Nahtoderfahrung erst 3 Jahre alt, daher hatte er es damals als einen Traum gedeutet und kaum darüber nachgedacht. Auch Teilnehmer 4 hat das Erlebnis zuerst gar nicht richtig wahrgenommen. Die Erkenntnis der Dankbarkeit käme erst später.

Auf Geschichten von Nahtoderfahrungen reagieren viele Menschen mit Unglauben, das macht es für die Betroffenen schwer, über ihre Erlebnisse zu sprechen.<sup>27</sup>

Teilnehmer 1 erfuhr solch ein Unglauben, was es schwer machte, die Erlebnisse anzunehmen. Teilnehmer 3 sprach nie über seine Erlebnisse. Er selbst war der Überzeugung, es sei ein Traum gewesen. Teilnehmer 2, 4, 5 und 6 hatten nach ihrer Erfahrung keine Schwierigkeiten mit anderen darüber zu sprechen.

Lediglich bei Teilnehmer 1 änderte sich die Lebensführung nach der Nahtoderfahrung. Er konnte das Erlebnis in seinen Alltag integrieren und so zu einem „Seelenfrieden“ finden. Die Teilnehmer 2 bis 6 zeigten keine Veränderungen in ihrem Verhalten nach ihrem Nahtoderlebnis.

<sup>26</sup>Vgl.: [www.gaia.com/de/article/die-folgen-einer-nahtoderfahrung](http://www.gaia.com/de/article/die-folgen-einer-nahtoderfahrung) , Datum des Abrufs: 30.12.2024.

<sup>27</sup>Vgl.: van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahrung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag. Seite 72.

### **5.3 Schlussfolgerung der Ergebnisse**

Die Analyse der Interviewfragebögen, von 4 Männern und 2 Frauen, zeigt die Häufigkeit des Auftretens der typischsten Elemente, wie ein helles Licht, das Gefühl den eigenen Körper zu verlassen oder ein Gefühl von Frieden und Schmerzlosigkeit. Zwei Drittel der Teilnehmer erfuhren diese Elemente, welche als typisch gelten. Die anderen 2 Teilnehmer erfuhren eine Leere, sie haben somit keine Erinnerungen an die Zeit während ihrer Nahtoderfahrung.

Interessant ist, dass lediglich 2 Teilnehmer klinisch tot waren, ihre Erlebnisse sich jedoch groß unterscheiden. Teilnehmer 1 erlebte typische Elemente während seiner Erfahrung, während Teilnehmer 5 nur eine schwarze Leere verspürte.

Gleichzeitig wird deutlich, wie stark so ein Erlebnis das Leben der Betroffenen verändern kann. Fast alle Teilnehmer sagten, sie haben keine Angst mehr vor dem Tod. Außerdem gibt es eine größere Dankbarkeit und Wertschätzung des Lebens nach einem solchen Erlebnis.

Die Ergebnisse der Analyse zeigen die Individualität einer Nahtoderfahrung und wie diese aufgenommen wird. Auch wird deutlich, dass diese Erlebnisse sehr prägend für die Betroffenen sind.

## 6 Fazit

Nahtoderfahrungen sind ein spannendes Phänomen, welches viele Menschen bewegt. Es wirft grundlegende Fragen über das menschliche Bewusstsein, das Leben und den Tod auf.

In dieser Arbeit wurde gezeigt, was im Gehirn während einer Nahtoderfahrung passiert und wie sie unser Verständnis von einem Leben nach dem Tod verändern können. Außerdem wurden die Nahtoderfahrungen aus verschiedenen Perspektiven betrachtet: wissenschaftliche Erklärungsansätze, ihre Bedeutung für Betroffene und ihre mögliche Bewusstseinsauswirkungen.

In der Wissenschaft steht eine umfassende Erklärung für das Phänomen Nahtoderfahrungen noch aus. Jedoch gehen einige Wissenschaftler davon aus, sie seien auf Sauerstoffmangel im Gehirn zurückzuführen. Andere Wissenschaftler glauben, dass psychologische Reaktionen ebenfalls eine Rolle spielen könnten. Neurobiologen und Neurobiologinnen sind der Meinung, dass Nahtoderfahrungen mit einem Schock, einer posttraumatischen Belastungsstörung oder einer Narkose vergleichbar sind.

Für Betroffene sind Nahtoderlebnisse meist tiefgreifend, oft lebensverändernd und hinterlassen einen starken Eindruck. Menschen, die ein solches Erlebnis hatten, haben danach meist ein anderes Verständnis von Leben und Tod. Sie glauben an eine andere nicht-weltliche Ebene und haben keine Angst mehr vor dem Tod.

Besonders spannend ist, dass solche Erlebnisse oft unabhängig von der sozialen Klasse, Rasse, Geschlecht, Bildungsniveau, Beruf, Wohnort, Familienstand und Religionszugehörigkeit ähnlich sind. Dies wirft Fragen auf, die nicht nur die Wissenschaft, sondern auch die Philosophie und Spiritualität beschäftigen.

Das Phänomen der Nahtoderfahrungen zeigt, dass es weiterhin viele Fragen über das Bewusstsein und die menschliche Existenz gibt, für die eine ausführliche Erklärung noch aussteht.

**Die angehangenen Fragebögen wurden aus dieser Veröffentlichung entfernt, da hier persönliche Dinge aufgeschrieben wurden, die nicht für die Allgemeinheit bestimmt sind. Bei berechtigtem Interesse kann im Krematorium nachgefragt werden.**

# Quellen

## Internetquellen:

- <https://www.nahtoderfahung-muenchen.de/willkommen/was-ist-eine-nahtoderfahung> (04.10.2024)
- <https://www.nahtod.ch/forschung/nte-als-forschungsgegenstand/> (04.10.2024)
- <https://de.wikipedia.org/wiki/Retrospektive> (05.10.2024)
- <https://neueswort.de/prospektiv/#wbounce-modal> (05.10.2024)
- [https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/zwischen-leben-und-tod-es-gibt-sieben-arten-von-nahtoderfahung-wunderschoen-bis-schrecklich\\_id\\_5049425.html](https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/zwischen-leben-und-tod-es-gibt-sieben-arten-von-nahtoderfahung-wunderschoen-bis-schrecklich_id_5049425.html) (07.10.2024)
- [https://www.heilpraxisnet.de/symptome/nahtoderfahrungen-erklarungen-beispiele-erlebnisberichte/#:~:text=Nahtoderfahrungen%20\(NTE\)%20bezeichnen%20au%20bergewo%20hnliche%20Zust%20a%20nde%20des%20Bewusstseins](https://www.heilpraxisnet.de/symptome/nahtoderfahrungen-erklarungen-beispiele-erlebnisberichte/#:~:text=Nahtoderfahrungen%20(NTE)%20bezeichnen%20au%20bergewo%20hnliche%20Zust%20a%20nde%20des%20Bewusstseins), (07.10.2024)
- <https://www.netdokter.de/anatomie/gehirn/> (09.10.2024)
- <https://www.doccheck.com/de/detail/articles/45563-nahtod-hirnfunktion-am-seidenen-faden> (09.10.2024)
- <https://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2023/05/nahtoderfahung-was-passiert-im-gehirn-wenn-wir-sterben-medizin> (09.10.2024)
- <https://www.neurologen-und-psyhiater-im-netz.org/gehirn-nervensystem/bewusstsein/> (09.10.2024)
- <https://www.gaia.com/de/article/die-folgen-einer-nahtoderfahung> (30.12.2024)

## KI-Tools:

- ChatGPT, chat.openai.com
  - a) - Was ist eine Depolarisationswelle kurz erklärt? (09.10.2024)
  - b) - Wie kann es bei einem Spaziergang in der Natur zu einer Nahtoderfahung kommen? (14.12.2024)

## Literaturquellen:

- van Lommel, P. (2014). *Endloses Bewusstsein: Neue medizinische Fakten zur Nahtoderfahung* (B. Jänicke, Übers.; 1.Aufl.). Patmos Verlag.

## Selbstständigkeitserklärung

Hiermit versichere ich, dass ich die vorliegende Arbeit in allen Teilen selbstständig angefertigt und keine anderen als die in der Arbeit angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche wörtlichen oder sinngemäßen Übernahmen und Zitate sind kenntlich gemacht und nachgewiesen.

Freital, 03.01.2025

Ort, Datum

M. Schmieder

Unterschrift