



Nachtodkontakte und Nachtodkommunikation

Christian von Kamp

Düsseldorf 2011

© Alle Rechte (Bilder und Texte) beim Autor Christian von Kamp

Bei dem folgenden Text handelt es sich um den etwas gekürzten Inhalt der Website (Stand Januar 2011)

<http://nachtodkontakte.net>

Erfahrungsberichte, Links, Literatur und weitere Einzelheiten sowie Aktualisierungen finden Sie auf der genannten Website.

Dieses eBook darf frei verbreitet werden und darf kostenlos auf seriösen Websites (d.h. kein Porno, Gewalt, Extremismus usw.) angeboten werden. Anbieten des eBooks gegen Entgelt ist nicht gestattet.

Änderungen an dem eBook sind nicht erlaubt.

Einleitung

Inhalt des eBooks

Dieses eBook will Beiträge zum Thema spontane Nachtodkontakte / Nachtodkommunikation liefern: Beiträge über Erwähnungen in der Literatur, persönliche Berichte, Studien, Erklärungsversuche, verwandte Phänomene und Ähnliches. Nachtodkontakte, die nicht direkt und unmittelbar erfahren werden, sondern die mit Hilfe Dritter wie Medien oder Hypnotiseure, mit Geräten oder anderen Hilfsmitteln oder durch Rituale herbeigeführt werden, sind nicht Thema dieses eBooks.

Das Vorhandensein der Nachtodkontakte

Immer wieder tauchen Berichte ernstzunehmender Menschen auf, denen nach eigenem Bekunden verstorbene Angehörige oder Freunde erschienen sind oder die auf andere Weise mit ihnen in Verbindung getreten sind (sogenannte Nachtodkontakte). Manch einer hörte die Stimme eines Verstorbenen, andere fühlten eine körperliche Berührung oder spürten die räumliche Anwesenheit der Heimgegangenen. Viele Menschen, die Derartiges erlebten, sind davon überzeugt, dass es sich um echte Begegnungen, um wirkliche Nachtodkontakte handelt.

Es finden sich Schilderungen solcher Erlebnisse in der Fachliteratur, aber auch die Befragung von Bekannten kann Berichte über Nachtod-Begegnungen zutage fördern. Der Autor dieses eBooks hat erstaunt festgestellt, dass etliche seiner Freunde und Verwandten solche Erfahrungen gemacht haben - doch kaum einer von ihnen hat es bisher gewagt, anderen davon zu erzählen, vermutlich aus Angst, sich lächerlich zu machen. Offensichtlich wird das Thema "*Nachtodkontakt*" tabuisiert - vielleicht deshalb, weil es mit dem Tod zu tun hat, der in unserer Gesellschaft ebenfalls mit einem Tabu belegt ist.

Zahlreiche Studien belegen, dass das Nachtod-Phänomen weit verbreitet ist, wesentlich weiter als die sog. Nahtoderfahrungen. Geht man davon aus, dass ca. 4% bis 5% der allgemeinen Bevölkerung ein Nahtod-Erlebnis hatte, so haben bereits bis zu 40% der Menschen eine Nachtodkommunikation erlebt. Bei besonderen Gruppen, z.B. bei Witwen und Witwern, sind die Zahlen noch wesentlich höher. Angesichts dieser Studien-Ergebnisse kann wohl kaum mehr von "außergewöhnlichen", vielmehr muss von normalen Phänomenen gesprochen werden.

Formen von Nachtodkontakten

In ihrem Buch "Trost aus dem Jenseits - Unerwartete Begegnungen mit Verstorbenen", das im Anschluss an eine umfangreiche Sammlung und Auswertung von Berichten über Nachtod-Kommunikation entstand, unterteilen die Autoren Bill und Judy Guggenheim diese Kontakte in zwölf Hauptformen. Dazu zählen sie Kontakte mit Gegenwartsempfinden, mit Gehör-, Tast- und Geruchswahrnehmungen, visuelle Kontakte unterschiedlicher Ausprägung und Visionen, Nachtodkontakte im Halbschlaf und im Schlaf, außerkörperliche und telefonische Kommunikation, schließlich auch physikalische Phänomene und symbolische Kontakte.

Inhalt und Wirkung der Nachtodkommunikation

Bei aller Unterschiedlichkeit der Formen erstaunt die Tatsache, dass die Erfahrungen in den meisten Fällen einen ähnlichen Inhalt aufweisen: nämlich die Botschaft, dass es ihnen, den Verstorbenen, gut gehe, und die Hinterbliebenen sich daher nicht sorgen, nicht um die Verstorbenen trauern sollten. Diese Botschaft wird entweder direkt sprachlich übermittelt, oder aber derjenige, der den Kontakt erfährt, "weiß", empfindet, erahnt, dass

die Erscheinung diese Bedeutung für ihn hat. Meist geht der Nachtod-Kontakt dabei auch einher mit starken positiven Gefühlen, mit tiefem Frieden und Freude. Nur in wenigen Fällen wird das Erleben der Begegnung mit einem Verstorbenen als beunruhigend geschildert.

Diese als Geschenk wahrgenommene Erfahrung wirkt sich zumeist positiv auf das Leben der Betroffenen aus: Trost stellt sich ein, Trauer und Schmerz lassen nach und werden häufig sogar weitgehend aufgehoben.

Verwandte Phänomene: Nahtoderfahrungen, Sterbevisionen, IADC-Trauertherapie

Nachtodkontakte müssen auch im Zusammenhang mit ähnlichen Phänomenen betrachtet werden. Am bekanntesten sind die sog. Nahtoderfahrungen oder Nahtoderlebnisse: Hierbei berichten Betroffene häufig von der Begegnung mit Verstorbenen. Weniger bekannt sind Sterbevisionen, auch Sterbebettvisionen genannt. Mehrere Studien befassen sich damit, wie Sterbende kurz vor ihrem Tod die Anwesenheit von Verstorbenen erfahren. In der Trauer- und Trauma-Therapie IADC, die Dr. Allan Botkin entwickelt hat, erleben viele Behandelte die Begegnung mit dem Menschen, um den sie getrauert haben - und erfahren dadurch Heilung. Bei all diesen Phänomenen lassen sich - über den Kontakt mit Verstorbenen hinaus - Ähnlichkeiten mit bzw. Parallelen zu den hier untersuchten spontanen Nachtod-Begegnungen feststellen.

Im übrigen spielt im Zusammenhang mit Nachtodkontakten auch die Sterbeforschung (Thanatologie) etwa von Elisabeth Kübler-Ross oder Raymond A. Moody eine gewisse Rolle. Auch Bereiche wie Parapsychologie und Esoterik werden dabei berührt. Dem Autor dieses eBooks kommt es jedoch weniger auf die Deutung der Nachtod-Kommunikation an, sondern vor allem auf die Vorstellung der in diesem Zusammenhang festgestellten Tatsachen.

Die Frage nach der Echtheit

Es stellt sich naturgemäß die Frage, wie diese Erscheinungen und Erlebnisse zu deuten sind. Sind die Nachtod-Erfahrungen echt, d.h. begegnen hier tatsächlich verstorbene Menschen den Hinterbliebenen? Oder handelt es sich um nichts anderes als Illusionen, Trugbilder, Selbsttäuschungen und Wunschvorstellungen, um Träume oder Halluzinationen?

Auf dieser und den folgenden Seiten soll und kann diese Frage nicht endgültig beantwortet werden, jedenfalls nicht im Sinne eines naturwissenschaftlichen Beweises. Jeder Leser muss die Frage für sich selbst beantworten. Manche besonderen Umstände in Zusammenhang mit berichteten Nachtodkontakten, auf die im Einzelnen noch eingegangen wird (z.B. konkrete Hilfen durch Verstorbene in Notfällen), können bei der eigenen Deutung hilfreich sein.

Formen von Nachtodkontakten nach der Unterscheidung von Bill und Judy Guggenheim

In ihrem Buch "Trost aus dem Jenseits. Unerwartete Begegnungen mit Verstorbenen", das in der Folge einer umfangreichen Umfrage in den USA und in Kanada entstand, unterscheiden Bill und Judy Guggenheim zwölf Hauptformen oder -typen der Nachtodkontakte. Sie werden im Folgenden kurz vorgestellt und mit Beispielen aus dem genannten Buch (eigene Übersetzung dieser Textstellen) veranschaulicht. Auch andere Untersuchungen unterscheiden verschiedene Formen der Nachtodkommunikation, jedoch nicht in dieser Differenziertheit und Vielfalt.

Nicht selten treten die oben genannten Hauptformen kombiniert auf, so dass ein Betroffener z.B. spürt, wie ein Arm sich um seine Schulter legt, und zugleich hört er eine Stimme, die ihn mit Worten tröstet.

Nachtod-Kontakte mit Gegenwartsempfinden:

Die Autoren stellten aufgrund ihrer Umfrage fest, dass das Spüren der Gegenwart des Verstorbenen bei den Kontakten am häufigsten vorkommt. Die Hinterbliebenen beschreiben diese Kontakte als inneres Wissen oder als intuitive Wahrnehmung, dass der Verstorbene sich räumlich in ihrer Nähe befindet. Kennzeichnend ist hierbei ein nahezu körperliches Nähe-Empfinden und ein Gefühl des Vertrautsein, aus dem mit großer Sicherheit auf die Person des Verstorbenen geschlossen wird. Die Betroffenen können genau sagen, wann die Verstorbenen "anwesend" und wann sie wieder gegangen sind.

Typische Beispiele hierzu:

- "Mit einemmal empfand ich eine Wärme, als sei jemand bei mir ... Es war so, als sei ich ganz umhüllt. Ich wusste, das war meine Oma."
- "Auf einmal fühlte ich, meine Mutter saß links neben mir. Weder konnte ich sie sehen noch hören, aber zweifelsfrei war sie da."
- "Plötzlich spürte ich Oskar. Nein, ein Tagtraum war das nicht, und ich hatte auch nicht einmal an ihn gedacht! ... Ich spürte seine Präsenz überall um mich herum."
- "In den darauffolgenden Jahren spürte ich immer wieder seine Gegenwart. ... Dieses Gefühl war ganz deutlich, überaus wohltuend, und es schenkte mir viel Kraft."

Nachtodkommunikation mit Stimmenwahrnehmungen:

Häufig berichten Betroffene von einer Stimme, die sie hören und die ihnen Botschaften übermittelt, oder von einer im Inneren, nicht mit den Ohren wahrgenommenen Stimme, die nach ihrer Überzeugung dennoch von einer außerhalb ihrer selbst liegenden Quelle stammte. Die Stimmen klingen sehr vertraut und werden eindeutig den Verstorbenen zugeordnet. Die meisten der empfangenen Botschaften sind präzise und knapp.

Hier einige Äußerungen:

- "Er sagte: 'Papa, alles ist in Ordnung.' Das war seine Stimme, klar und deutlich. ... Es war so, als säße er auf dem Rücksitz."
- "Plötzlich und unvermittelt nahm ich seine Stimme in meinem Kopf wahr. ... Er sagte: 'Schwesterchen, du brauchst dir keine Sorgen um mich zu machen. Alles ist bestens.' "

Nachtodkontakte mit Tastwahrnehmungen:

Hierbei findet der Kontakt über eine körperliche Berührung statt. Der Betroffene fühlt z.B.

ein Streicheln, einen Kuss, eine Umarmung. Die besondere Form dieser Berührung, ihre individuelle Art, führt zu einer leichten Identifizierung des "Verursachers". Häufig ist diese Form des Kontakts mit anderen Formen kombiniert.

- "Auf einmal spürte ich, dass eine kleine Hand sanft meine Wange berührte."
- "Ich fühlte, wie sie mich küsste. Ohne jeden Zweifel wusste ich, dass es meine Tochter war, die mir diesen Kuss gab, und dass sie mir damit zeigen wollte, wie gut es ihr ging."
- "Auf einmal fühlte ich, dass Theresa hinter mir saß. Sie begann, mir über Haare und Stirn zu streichen, so, wie ich es oft auch bei ihr getan hatte."

Nachtod-Kontakte mit Geruchswahrnehmungen:

Bei dieser Form der Nachtod-Kommunikation werden Gerüche wahrgenommen, die mit einem bestimmten Menschen assoziiert werden, z.B. Parfüms, Blumendüfte, bestimmte Nahrungsgerüche usw. Das Besondere daran ist, dass sich keine Quelle findet, die sich dem Duft zuordnen ließe; der Duft passt eindeutig nicht zur Umgebung. Ein Raum kann z.B. plötzlich mit einem Geruch erfüllt sein, der aus dem Nichts zu kommen scheint.

Typische Äußerungen:

- "Plötzlich roch es sehr intensiv nach Rosen, als ob ein Rosenstrauß vor mir auf dem Schreibtisch stünde. Ich wusste, das kam von Robert. ... Niemand sonst im Büro außer mir nahm diesen Geruch wahr."
- "Auf einmal war da überall ihr Duft, unverwechselbar und intensiv."
- "Plötzlich fühlte ich seine Anwesenheit, und dann füllte sich der Raum mit dem Duft von English Leather. Es war das einzige Duftwasser, das er jemals benutzt hatte."
- "Ich war im Garten beschäftigt, als ich auf einmal den Tabak wahrnahm, den mein Vater geraucht hatte. Es war eine besondere, extra für ihn hergestellte Mischung."

Visuelle Nachtodkontakte - partielle und vollständige Erscheinungen:

Die Seh-Kontakte können in sehr unterschiedlichen Formen auftreten: Die Betroffenen erblicken die Gestalt des Verstorbenen nur teilweise, z.B. nur einen Teil des Körpers, oder die vollständige Gestalt, die aber nicht gänzlich kompakt und körperlich erscheint (z.B. als Licht oder durchsichtig), oder aber vollständig, feststofflich und lebensecht wirkend.

- "Ich stand im Schlafzimmer, da nahm ich auf einmal ein überaus helles blau-goldenes Licht wahr. Es ist unmöglich, diese Farben mit Worten zu beschreiben. ... Schnell wurde mir klar, es handelte sich um Joshua."
- "Als dieses Licht sich öffnete, sah ich meines Vaters Gesicht und ein wenig von seinen Schultern."
- "Ich saß im Wohnzimmeressel, und plötzlich sah ich, wie Gladys die Treppe herunterkam. Ich konnte es nicht fassen! Sie sah wunderschön aus, ganz anders als während ihrer Krankheit. Es ist vollkommen unmöglich, den Glanz und das Leuchten, das von ihr ausging, zu beschreiben."

Nachtodkontakte in Form von Visionen:

Unter Visionen verstehen Guggenheim - anders als bei den vorgenannten visuellen Erscheinungen - das Wahrnehmen von zweidimensionalen Bildern oder auch von Hologrammen, die Hinterbliebene manchmal mit Filmbildern, Diaprojektionen oder Kirchenfenstern vergleichen. Visionen sind oft erfüllt von leuchtenden Farben und wirken wie von hinten oder von innen erhellt. Sie werden entweder "außerhalb" gesehen oder im Geist wahrgenommen. Diese Form der Nachtodkontakte tritt relativ selten auf.

- "Ich stellte mich an das Fenster und schaute zu den Bergen hin. In diesem Moment war es, als ob ein Loch sich auftat, und ich schaute in eine andere Dimension. Dort

sah ich meine Mutter, zusammen mit meinem vor zehn Jahren verstorbenen Großvater. Es war, als stände ich vor, sie hinter derselben Glasscheibe. Sie waren sehr wirklich."

- "Wir standen vor Michaels Sarg, und ich betete leise. Auf einmal sah ich vor mir so etwas wie einen Film ablaufen. Ich erblickte eine wunderschöne Wiese mit Schmetterlingen und Blumen. ... Und darauf tollte Michael herum!"

Nachtodkontakte beim Einschlafen und Aufwachen:

Im entspannten Wachzustand oder im Halbschlaf, beim Tagträumen oder Meditieren ereignen sich relativ häufig Kontakte unterschiedlicher Art. Untersuchungen ergaben, dass Menschen in einer entspannten Geisteshaltung anscheinend leichter "kontaktiert" werden. Inhaltlich unterscheiden diese Erlebnisse sich nicht von solchen im hellen Wachzustand oder im Traum.

- "Ich war bereits halb eingeschlafen, als ich am Fußende des Bettes meinen Vater stehen sah. ... Er sah deutlich gesünder und jünger aus, als sei er erst vierzig."
- "Weder schlief ich, noch war ich richtig wach. Auf einmal sah ich auf meinem Bett Chris. Er war ganz körperlich und wirklich."

Nachtod-Kommunikation in Schlaf und "Traum":

Zahlreiche Menschen berichten von Kontakten mit Verstorbenen in tiefem Schlaf und in "Träumen", die sich für sie jedoch von gewöhnlichen Träumen deutlich unterscheiden. Anders als normale Träume, die im Allgemeinen nur aus unvollständigen Teilen bestehen, symbolreich und irgendwie unwirklich sind und meist auch schnell vergessen werden, sind diese besonderen Wahrnehmungen, die die Hinterbliebenen häufig als echte Kontakte verstehen, besonders lebhaft, geordneter und prägen sich tief ein. Ihre Inhalte gleichen den Kontakt-Erlebnissen im Wachzustand.

- "Gerade träumte ich etwas. Plötzlich platze Großvater in meinen Traum herein. Er war wirklich anwesend, ich roch seinen Tabak und sein Rasierwasser, und ich spürte seine Wärme."
- "Ich träumte etwas Angenehmes, da brach er in meinen Traum ein. ... Ich sagte zu ihm: 'Augenblick mal, du bist doch tot!'"
- "Ungefähr einen Monat danach hatte ich etwas, das man normalerweise als Traum bezeichnet, aber das war kein Traum."

Außerkörperliche Nachtod-Kontakte:

Diese Kategorie gründet sich auf Berichte von Hinterbliebenen, die überzeugt sind, einen Nachtodkontakt erlebt zu haben, während sie ihren Körper verließen. Außerkörperliche Erfahrungen (Out of Body Experiences, OBE) sind unter vielfältigen Umständen anzutreffen und wurden in den letzten Jahrzehnten vor allem im Zusammenhang mit sog. Nahtoderfahrungen bekannt.

- "Ich lag im Bett, ohne zu schlafen. Auf einmal fühlte ich mich wie aus meinem Körper gezogen. Ich nahm wahr, dass ich mich unterhalb der Decke des Schlafzimmers befand. Da füllte sich das Fenster, aus dem ich blickte, mit goldenem Licht, strahlender, als man es sich vorstellen kann! Das Licht umgab mich, und ich spürte die Anwesenheit meiner Tochter. Dann sah ich sie."
- "Eines Nachts, ich saß im Bett, da verließ ich meinen Körper und fand mich auf einmal im Hausflur wieder. Dort stand April, meine Tochter."

Telefonische Nachtodkontakte:

Hierbei erleben Hinterbliebene, dass sich ein verstorbener Freund oder Angehöriger telefonisch bei ihnen meldet, etwas mitteilt oder sogar ein Gespräch mit ihnen führt.

Solche Anrufe werden auch im Schlaf bzw. "Traum" erlebt. Derartige Kontakterfahrungen kommen unter den zwölf Formen der Nachtod-Kontakte am seltensten vor.

- "Wegen eines Ausbaus der Straße war bei uns der Telefonanschluss unterbrochen. ... Als das Telefon in der Küche läutete, nahm ich ab. Zuerst hörte ich nur ein Geräusch, doch dann kam eine Stimme immer näher. Es war Vater, er sagte: 'Hilda, ich liebe dich.' ... Ich lief nach draußen und fragte den Ingenieur, ob wir schon telefonieren können. Er verneinte: 'Die Kabel liegen hier und sind noch nicht angeschlossen.' "

Physikalische Phänomene und Nachtod-Kontakte:

Derartige Phänomene, die von Hinterbliebenen als Kontakt mit Verstorbenen erlebt und verstanden werden, kommen häufiger vor. Es handelt sich dabei um "von alleine" an- und ausgehendes Licht, um "unsichtbar" eingeschaltete Elektrogeräte, um bewegte Objekte und Ähnliches. Guggenheim waren zunächst skeptisch, derartige Geschehnisse als eine Form der Nachtodkontakte einzuordnen, doch die Qualität der Berichte und die Unmöglichkeit, alles als Zufall oder Phantasie abzutun, haben sie schließlich überzeugt, dass es sich bei manchen dieser Erscheinungen um echte Nachtoderlebnisse handelt.

- "Ich lag im Bett und sagte: 'Papa, lass mich wissen, ob es ein Leben nach dem Tod gibt.' Da erlosch das Schlafzimmerlicht. ... Und dann sagte ich: 'Gut, zeig mir, Papa, ob du noch hier bist.' Da ging das Licht wieder an. Als ich einige Nächte später im Bett lag und an meinen Vater dachte, erlosch das Licht wieder. Das geschah auch in den folgenden Nächten, immer dann, wenn ich an Vater dachte."
- "Als wir nach Hause zurückkehrten, tickte Bonnies kleine Uhr wie verrückt. Wir starrten entgeistert auf sie, weil sie eigentlich gar nicht funktionierte."
- "Wir standen zusammen in Mutters Schlafzimmer, als wir plötzlich ihre Anwesenheit wie eine elektrische Energie spürten. In diesem Moment stürzte der schwere Spiegel von der Wand. Er flog über die Kommode hin auf den Teppich."

Symbolische Nachtod-Kontakte:

Nachtodkontakte dieser Art treten relativ häufig auf. Die Hinterbliebenen erkennen die entsprechenden Zeichen wie Schmetterlinge oder Regenbögen in der Regel als für sie von den Verstorbenen gesandt, um sie zu trösten.

- "Als der Chrysippus-Falter auf der Glasscheibe der Tür sitzen blieb, überkam mich ein seltsames Gefühl. ... Ich spürte meinen Enkel bei uns und sagte: 'Wenn du hier bist, lass den Falter noch einmal zur Tür fliegen.' Sofort flog der Schmetterling dorthin. Da erhielt ich eine telepathische Botschaft von Johnny: 'Ich bin am Leben, und es geht mir gut.' "

Eine abgewandelte Form von Nachtodkontakten:

Aufgrund eines eigenen Kontakt-Erlebnisses des Autors dieser Seiten kann der obengenannte Typus "Gegenwartsempfinden" ergänzt werden. Die Formen bei Guggenheim zeichnen sich mehr oder weniger dadurch aus, dass die Kontakte durch die Sinne oder sinnen-entsprechend (z.B. telepathisches Stimmenhören, innere Visionen) wahrgenommen werden. Im Unterschied zu den von ihnen geschilderten Fällen einer Gegenwartsempfindung, bei denen immerhin die Verstorbenen noch räumlich lokalisiert werden ("rechts neben mir", "hinter mir", "um mich herum"), fand im Autor zeitweise eine nichträumliche, in keiner Weise sinnhafte oder sinnen-entsprechende Wahrnehmung statt. Es war zwar das intensive und eindeutige Erfühlen der Anwesenheit seiner verstorbenen Frau vorhanden, die er aber weder sah noch hörte noch um sich herum oder an einer bestimmten Stelle ortete, sondern einfach zweifelsfrei bei sich wusste, nämlich in seinen intensiven Empfindungen, oder richtiger: in der *Wahrnehmung* ihrer Liebe, ihres

Friedens, in einer unbeschreiblichen erspürten Leichtigkeit. Dieses Bei-sich-Wissen war mit der intuitiven Erkenntnis verbunden: Es geht ihr gut. Die Wirkung dieser Erfahrung war die Gleiche wie bei so vielen anderen Nachtod-Erfahrungen: Die Trauer wurde gemindert, fast vollständig sogar. Der Autor ist überzeugt, dass auch diese Form eines Nachtodkontakts häufiger vorkommt.

Inhalt der Nachtodkontakte und ihre Wirkung auf die Kontaktierten

Inhalt der vermittelten "Botschaften" und Gefühle

Fast alle Nachtodkontakte, in welcher Form sie auch auftreten, sind für die Betroffenen mit tiefen positiven Gefühlen und mit so etwas wie einer "Botschaft" verbunden, einer Mitteilung des Verstorbenen an den oder die Hinterbliebenen. Entweder wird diese Botschaft direkt wahrgenommen, vor allem bei Nachtodkommunikationen mit Stimmenhören, oder die Erlebenden "wissen" in dem Moment des Kontaktes spontan und intuitiv, was der Verstorbene ihnen mitteilen will. Dabei handelt es sich in der Regel nicht einfach um eine vage Deutung oder bloße Spekulation, sondern um eine mehr oder weniger starke innere Gewissheit, die wie eine Eingebung von außen zu kommen scheint.

Neben persönlichen und individuellen Aussagen vermitteln die Kontakte einige bestimmte, für die Erlebenden sehr bedeutsame Inhalte, die bei fast allen "Begegnungen" zu finden sind. Vor allem beinhalten die Mitteilungen die folgenden Aussagen:

- Liebe, fortbestehende Verbundenheit
- mir geht es gut, ich bin glücklich und zufrieden, gesund und frei, alles ist in Ordnung
- alles wird gut werden
- trauere nicht, Sorge dich nicht, lebe dein Leben
- ich steh dir bei im Leben
- Abschied, aber nur vorübergehend und äußerlich
- wir werden uns wiedersehen

Im Folgenden einige Beispiele für solche Gefühle und die wahrgenommenen oder erspürten Botschaften, aus dem Buch "Trost aus dem Jenseits" von Bill und Judy Guggenheim (eigene Übersetzung):

- "Mir war, als ob sie mir versicherte, dass sie voller Frieden und glücklich sei."
- "Leichtigkeit ging von ihm aus, ein Gefühl von Freiheit und Freude. Mir kam es so vor, als könne ich im Inneren sein Lebewohl hören."
- "Ein unbeschreibliches Gefühl von Wärme überkam mich, eine tröstliche, liebevolle Wärme. Es war, als wolle Mutter mir zu verstehen geben: 'Ich bin immer für dich da.' "
- "Ich fühlte überwältigende Liebe und Freude."
- "Vor allem spürte ich Liebe und Fürsorge. Intuitiv war mir klar, dass sie mir in dieser unangenehmen Lage helfen wollte."
- "Da hörte ich seine Stimme: 'Alles ist in Ordnung. Mir geht es gut, und ich fühle mich wohl.' "
- "Amy sagte: 'Mama, mach dir keine Sorgen. Ich bin nicht im Grab, sondern bei Opa und anderen Menschen, die vor mir starben.'"
- "Ich warte hier geduldig auf dich. Hier ist die Zeit ohne Bedeutung, deshalb musst du dich nicht beeilen. ... Ich warte, bis wir uns wiedersehen werden. Dann werden wir vereint sein, in ewiger Umarmung."
- "Ich konnte seine Gedanken verstehen: 'Es geht mir gut. ... Ich werde ich selbst bleiben und hier weiter lernen und mein Leben führen. Und ich werde auf dich warten.' "
- "Ich verstand intuitiv, dass Mutter sagen wollte: 'Alles ist gut. Weine nicht um mich.

Wo ich jetzt bin, ist es besser.' "

- "Er sagte: 'Meine Tochter, Sorge dich nicht, du bist nicht allein.' "
- "Sie sagte: 'Mutti, ich liebe dich. Ich habe keine Schmerzen mehr. ... Ich möchte nicht, dass du dich um mich sorgst.' "

Wirkung der Nachtod-Kontakte auf die Erlebenden: Trost und Lebensmut

Die Hauptwirkung dieser Erfahrungen besteht darin, dass sie Trost spendet und die Intensität der Trauer mindert, mehr oder weniger; manchmal verschwindet sie fast vollständig. Schmerz und Kummer werden gelindert, neuer Lebensmut kann zurückkehren, die Betroffenen kommen wieder besser mit den Anforderungen des Lebens zurecht. Nicht zuletzt kann auch die Angst vor dem Tod schwinden.

- "Vater ermutigte mich, mich nicht der Trauer hinzugeben, sondern mein Leben in die Hand zu nehmen."
- "Das Wissen um Omas Wohlbefinden tröstete mich."
- "Diese Erfahrung hat den Schmerz über ihren Tod ein wenig gelindert, denn mir war klar geworden, wir haben sie nicht wirklich verloren."
- "Das Erlebnis schenkte mir wahren Frieden."
- "Liebe und Freude erfüllten sich so sehr, dass mein ganzer Kummer verschwand."
- "Diese Begegnung, die mich überglücklich machte, schenkte mir meinen Lebensmut wieder."
- "Ich war erleichtert, dass sie gesagt hatten, es ginge ihnen gut, ich solle nicht trauern. Von da an änderte sich mein Leben, ich schlief allmählich wieder besser."
- "Endlich konnte ich Vaters Tod akzeptieren. Ich empfand einen so tiefen Frieden, dass es mir gelang, mich aufzuraffen und nicht mehr hängen zu lassen."
- "Ich habe jetzt keine Angst mehr vor dem Tod. Denn ich weiß, wenn es soweit ist, wird er für mich dasein."

Neben den weitaus überwiegend angenehmen gibt es auch einige als beunruhigend erlebte Nachtodkontakte. Die Erfahrenden verspüren dabei Angst vor der ungewohnten Erscheinung oder befürchten, den Verstand zu verlieren.

Menschen, die einen Nachtod-Kontakt erfuhren, haben manchmal Schwierigkeiten, ihn mit ihren eigenen Überzeugungen in Einklang zu bringen. Sehr oft behalten sie ihre Erfahrung auch für sich, weil sie befürchten, dass ihnen nicht geglaubt wird oder dass sie als absonderlich eingestuft oder gar als geisteskrank angesehen werden.

Umstände, die die Nachtodkontakte in einem besonderen Licht erscheinen lassen

Guggenheim führen in ihrem Buch "Trost aus dem Jenseits" eine Reihe von Umständen an, die ihrer Überzeugung nach belegen, dass es sich bei den Nachtodkontakten nicht um rein innerpsychische Vorgänge handeln kann, insbesondere nicht um Trauer-Halluzinationen, sondern dass es sich um echte Kontakte mit Verstorbenen handeln muss. Sie sprechen in diesem Zusammenhang sogar von Beweisen.

Einen Beweis im streng naturwissenschaftlichen Sinn liefern diese besonderen Umstände sicher nicht. Die Erfahrungen werden spontan gemacht und sind damit nicht reproduzierbar. Diese Umstände können lediglich im Sinne von "Hinweisen" in die persönliche Bewertung der Berichte mit einbezogen werden.

Im Folgenden die wesentlichen besonderen Umstände:

- **Der Nachtodkontakt geschieht oft mit Personen, die von dem kurz vorhergegangenen Sterben gar nichts wissen und erst nachträglich davon erfahren.** Darunter befinden sich Fälle, in denen der Erlebende schon längere Zeit nicht mit dem Verstorbenen in Verbindung gestanden hat, von einer Erkrankung nichts wusste bzw. der Tod plötzlich eintrat (z.B. durch einen Unfall), so dass er mit einem Versterben nicht rechnete. -
Guggenheim argumentieren, dass, wer nicht um den Tod eines Menschen weiß, nicht um ihn trauern und folglich auch keine Trauer-Halluzinationen haben könne, ebensowenig trauerbedingte Erinnerungen, Phantasien, Projektionen des Unbewussten oder Ähnliches.
- **Viele Nachtodkontakte finden erst Jahre oder Jahrzehnte nach dem Sterben statt, wenn die Hinterbliebenen nicht mehr trauern.** Meist werden Kontakte innerhalb von Tagen, Wochen oder Monaten nach dem Tod erlebt. Manche Nachtod-Kommunikationen können aber auch Jahrzehnte danach stattfinden.
- **Manchmal machen entfernte Bekannte der Verstorbenen, die durch das Sterben seelisch nicht besonders betroffen sind, die Kontakterfahrung.**
- **Bei den Kontakterlebnissen erfahren die Hinterbliebenen des öfteren Hilfe mit Hinweisen, wie sie Gegenstände finden können (z.B. versteckte Wertsachen), von denen sie nichts wussten und nichts wissen konnten.** Guggenheim sprechen von "zutreffenden Prognosen". Ihre Umfrage förderte zutage, dass solche hilfreichen (und zum Erfolg führenden) Hinweise häufig vorkommen.
- **Botschaften in Nachtodkontakten schützen manchmal die Betroffenen und warnen sie (vor Unfällen, nicht erkannten Krankheiten, Verbrechen, Bränden usw.).**
- **Nachtod-Kontakte halten gelegentlich suizidgefährdete Personen davon ab, ihr Leben zu beenden.** Manchmal geschieht dies durch die ausdrückliche Bitte: "Tu es nicht!", oder durch den Hinweis, dass die Probleme dadurch nicht gelöst werden.
- **Es gibt Nachtodkommunikationen, die mehrere Personen gemeinsam erleben.** Manchmal erfahren mehrere Personen am selben Ort gleichzeitig einen Nachtod-Kontakt. Die Berichte der einzelnen Betroffenen ähneln einander sehr, können

jedoch auch Abweichungen beinhalten, wenn das Geschehen unterschiedlich wahrgenommen wird. Guggenheim fragen sich, ob das nicht eher für die Wahrnehmung einer objektiven Realität spricht als für eine subjektive Erfahrung. Hiergegen wäre einzuwenden, dass es auch Gruppen-Suggestionen gibt. Studiert man die einzelnen Berichte, so lässt sich bei manchen von ihnen aufgrund der besonderen Fallgestaltung vermuten, dass die Erklärung mit einer Suggestion mehrerer Personen nicht hinreichend sein könnte. Beispiel: "Vater sagte zu mir: 'Ich liebe dich.' Nach ein paar Sekunden war er verschwunden. Da stand mein kleiner Sohn auf, von dem ich geglaubt hatte, er schläft tief. Er lief zu mir und rief: 'Opa! Opa! ... Eben war er doch noch hier gewesen.' "

- **Nachtod-Erfahrungen treten in der Regel spontan auf und dann, wenn man gar nicht an den Verstorbenen denkt.**

Typisch für die meisten Kontakte ist die Alltagssituation, in der sie zustande kommen. Die Hinterbliebenen gehen einer Beschäftigung nach, sind von ihrer Trauer abgelenkt, und auf einmal, gänzlich überraschend, kommt es zu dem Erlebnis. Immer wieder wird berichtet: "Von einem Moment zum anderen", "plötzlich", "ich dachte in diesem Augenblick gar nicht an sie / ihn".

Umfragen und Studien zu Nachtodkontakten

Studien lt. Gerda Lier, "Das Unsterblichkeitsproblem"

In ihrem Buch widmet Gerda Lier den Abschnitt 5.3.5 den Nachtodkontakten und beschäftigt sich dabei auch mit Studien zu diesem Bereich. Inzwischen gibt es mehrere große repräsentative Umfragen, die zu dem Ergebnis gelangen, dass zwischen 9% und 42% der Bevölkerung davon berichtet, Kontakte mit einem oder mehreren Verstorbenen gehabt zu haben. Die Umfragen fanden in Europa und den USA statt. Die angegebenen Zahlen beziehen sich auf die allgemeine Bevölkerung; bei bestimmten Gruppen, z.B. bei Witwen und Witvern, kann die Prozentzahl deutlich höher sein.

- 1987 bejahten bei einer repräsentativen Umfrage in den USA 42% die Frage, ob sie jemals das Gefühl gehabt hätten, mit einem Verstorbenen in Kontakt getreten zu sein (Andrew Greeley, "Mysticism goes mainstream", in American Health, 6, 1987).
- Zu Beginn der 1990er führte eine internationale Umfrage zu dem Ergebnis, dass der höchste Wert der Zustimmung zu einer erlebten Nachtod-Kommunikation in Island bei 41% der allgemeinen Bevölkerung lag und der niedrigste in Norwegen bei 9%; Deutschland befand sich mit 28% im Mittelfeld (Haraldsson / Houtkooper, "Psychic experiences in the multinational human value study", in Journal of the American Society for Psychical Research, 85, 1991).
- Richard E. Kelly berichtete im Journal of Near-Death Studies, Fall 2002 ("Post Mortem Contact"), über die Befragung von knapp 100 Polizisten, Rettungsmedizinern und Feuerwehrleuten: 33% von ihnen bejahten, eine Präsenz, eine Kommunikation oder ein Gefühl der Verbundenheit bei einem verstorbenen Unfallopfer erlebt zu haben. Die Befragten hatten eine durchschnittliche Dienstzeit von 16 Jahren hinter sich, waren psychisch gesund, reagierten angemessen auf traumatische Ereignisse und waren mit insgesamt mit tausenden von Todesfällen konfrontiert gewesen. Ihre Kontakterlebnisse haben sie als reales Geschehen empfunden. Keiner der Rettungskräfte hatte zuvor einem Angehörigen oder Kollegen von seiner Erfahrung erzählt.
- Im Jahr 2000 wurden 1510 Personen in Deutschland befragt, ob sie bereits einmal eine Erscheinung erlebt hätten (eines Verstorbenen oder eines anderen Wesens). 15,8% bejahten die Frage (Schmied-Knittel / Schetsche, "Psi-Report Deutschland: Eine repräsentative Bevölkerungsumfrage zu außergewöhnlichen Erfahrungen", 2003).
- Im westlichen Kulturkreis berichten bis zu 61% der Witwen bzw. Witwer von Nachtodkontakten mit ihrem verstorbenen Partner:
 - Peter Marris, "Widows and their Families", 1958: Die Hälfte von 72 Londoner Witwen berichtete von Kontakten mit dem verstorbenen Ehemann.
 - J. Yamamoto, "Mourning in Japan", in American Journal of Psychiatry, 125, 1969: 18 von 20 japanische Witwen gaben an, den verstorbenen Gatten gespürt zu haben.
 - W. Dewi Rees, "The Hallucinations of Widowhood", in British Medical Journal, Oct. 2 1971: In Wales wurden 293 Witwen bzw. Witwer befragt. Von ihnen berichteten 47% von einem Kontakterlebnis zum verstorbenen Ehemann. Die Verwitweten wurden jeweils alleine von einem Arzt befragt, nur eine der 293 Personen hatte bisher einem anderen von dem Kontakt erzählt.

- P. Richard Olsen, "Hallucinations of Widowhood", in Journal of the American Geriatric Society, 33, 1985: Von 46 in North Carolina befragten Witwen berichten 61% von erlebten Nachtod-Kontakten.
- In einer Studie aus 2004 wurden 162 Hinterbliebene befragt, bei denen nahe Familienangehörige oder Freunde an Aids oder Krebs, durch Suizid oder unerwartet und plötzlich verstorben waren. Von ihnen berichteten 75% von einer Nachtod-Kommunikation (James A. Houck, "The Universal, Multiple, and Exclusive Experiences of After-Death Communications", in Journal of Near-Death Studies, 24 (2), 2005.

Studien lt. Dale C. Allison, "Resurrecting Jesus - The earliest christian tradition and its interpreters"

Im Kapitel 6 Abschnitt "Seeing Things" seines Buches (Ausgabe 2005) berichtet Allison ab Seite 271 über zahlreiche Studien zu Nachtodkontakten. In den letzten dreißig Jahren gab es geradezu eine Revolution bei der Anzahl der Untersuchungen zu diesem Thema. Allison beginnt jedoch bei einer Umfrage aus dem 19. Jahrhundert und stellt dann aktuellere Studien vor.

- 1882 befragte die English Society for Psychical Research etwa 17.000 Menschen aus Großbritannien: "Haben Sie jemals in einem Zustand, bei dem Sie von Ihrer vollständigen Wachheit überzeugt waren, einen lebhaften Eindruck des Sehens oder des Berührtwerdens ... oder des Stimmenhörens gehabt, obwohl dies, soweit Sie feststellen konnten, keine äußere Ursache hatte?" Von den 15.316 eingegangenen Antworten bejahten dies 10%. Von diesen wiederum gaben 163 an, die Erscheinung eines Individuums innerhalb von 24 Stunden nach dessen Tod gehabt zu haben. 9% dieser 163 teilten mit, ihre Vision sei geteilt worden: eine oder mehrere Personen hätten diese Erscheinung mit ihnen gemeinsam erlebt (Edmund Gurney u.a., "Phantasms of the Living", 1886; E. M. Sidgwick, "Phantasms of the Living", 1918). Zahlreiche Autoren begannen daraufhin, Geschichten über Erscheinungen zu sammeln und Zeugen zu interviewen.
- 1944 berichtete E. Lindemann im American Journal of Psychiatry (101, 1944), dass zahlreiche seiner trauernden Patienten ihre geliebten Verstorbenen sahen (E. Lindemann, "Symptomatology and Management of Acute Grief").
- 1970 schilderte Colin Murray Parkes, dass 15 von 22 von ihm befragte Witwen die Gegenwart ihres verstorbenen Ehemannes deutlich wahrnahmen und oft als überaus real bezeichneten.
- Seit den 1970er Jahren vervielfachte sich die Anzahl der Studien. Hier eine Auswahl:
 - Richard A. Kalish, David K. Reynolds, "Widows View Death", in Omega, 5, 1974
 - Andrew M. Greeley, "Death and Beyond", 1976
 - Richard A. Kalish, "Contacting the Dead", in Between Life and Death, 1979
 - Aniela Jaffé, "Apparitions", 1979
 - Julian Burton, "Contact with the Dead: A Common Experience?", in Fate 35 No. 4, 1982
 - John Palmer, "A Community Mail Survey of Psychic Experiences", in Journal of the American Geriatric Society, 33, 1985
 - D. Klass, "Solace and Immortality", in Death Studies, 17, 1993
 - Louis E. LaGrand, "After Death Communication", 1997

- Agneta Grimby, "Hallucinations Following the Loss of a Spouse", in Journal of Clinical Geropsychology, 4, 1998
- Michael Barbato u.a., "Parapsychological Phenomena near the Time of Death", in Journal of Palliative Care, 15 (2), 1999
- Gillian Bennett, Kate Mary Bennett, "The Presence of the Dead: An Empirical Study", in Mortality, 5, 2000

Diese Studien förderten u.a. folgende Ergebnisse zutage:

- Die erlebten Nachtod-Kontakte sind nicht beschränkt auf den überlebenden Partner oder auf trauernde Menschen. Sie stehen oft nicht in Zusammenhang mit einem Trauerprozess.
- Die Kommunikationen werden häufig als sehr lebhaft und real erfahren.
- Die Erfahrung kann Menschen jedes Alters betreffen.
- Manchmal werden diese Erfahrungen von mehreren Menschen gleichzeitig gemacht (Kalish, Reynolds, "Phenomenological Reality": von 434 interviewten Personen beschrieben zehn, die Nachtodkommunikation gemeinsam mit einem oder mehreren anderen erlebt zu haben).
- Die Nachtoderfahrung ist nicht abhängig von der religiösen Einstellung.

Die Studie von Bill und Judy Guggenheim

Bill Guggenheim war vormals ein erklärter Materialist, dessen Interesse vor allem dem Profit galt und der fest überzeugt war, dass mit dem Tod alles vorbei sei. Das mehrmalige Hören einer "Stimme", die u.a. zur Rettung seines ertrinkenden Sohnes aus dem Swimmingpool führte, ließ ihn allmählich an seiner eigenen Einstellung zweifeln. Diese Stimme forderte ich auch auf, eigene Untersuchungen von Nachtod-Kontakten vorzunehmen. Daraufhin führte das Ehepaar Guggenheim eine umfangreiche Befragung in den USA und Kanada durch, die sich über sieben Jahre erstreckte und bei der ca. 2.000 Menschen umfangreich interviewt wurden, wobei mehr als 3.200 Berichte aus erster Hand über Nachtod-Kommunikation gesammelt wurden. Geschichten über Dritte wurden nicht mit in die Studie aufgenommen. Auch wurden Berichte - bis auf ganz wenige Ausnahmen - nur dann akzeptiert, wenn die Erfahrungen im Zustand guter Gesundheit gemacht wurden. Erlebnisse unter Drogen- oder Alkoholeinfluss schloss man aus. Nach Abschluss der Untersuchung stellte sich u.a. heraus, dass der Prozentsatz von Nachtod-Kommunikationen mindestens fünfmal so hoch ist wie der von Nahtoderfahrungen (ca. 20% im Vergleich zu 4%).

Die Guggenheim-Studie fand in dem Buch "Trost aus dem Jenseits - Unerwartete Begegnungen mit Verstorbenen" (im Original: "Hello from Heaven") ihren Niederschlag. Auf den Inhalt dieses Buches wird an verschiedenen Stellen dieses eBooks näher eingegangen, u.a. auf den Seiten "Formen", "Inhalt und Wirkung" sowie "Besondere Umstände".

Mit Nachtodkontakten verwandte Phänomene

Hier werden Erfahrungen vorgestellt, die Ähnlichkeiten mit Nachtodkontakten aufweisen. Hierzu zählen insbesondere die Nahtoderfahrungen, Sterbevisionen und die IADC-Therapie von Dr. Allan Botkin.

Nahtoderfahrungen

Über die sog. Nahtod-Erfahrungen (NTE) liegen mittlerweile zigtausende von Berichten Betroffener sowie eine Fülle unterschiedlicher Umfragen und Untersuchungen vor. Der Begriff "Nahtoderfahrung" ist historisch zu erklären und insofern etwas unglücklich, als - anders als zu Beginn der Nahtod-Forschung - inzwischen bekannt ist, dass derartige Erfahrungen nicht nur in tatsächlicher oder vermeintlicher Todesnähe gemacht werden, sondern auch bei allen möglichen anderen Gelegenheiten wie bei der Geburt eines Kindes, bei Depressionen, bei der Meditation, Spaziergängen usw.

Bei NTE handelt es sich um komplexe Erfahrungen, die eine ganze Reihe von Elementen umfassen können, meist aber nicht alle von ihnen beinhalten. Zu den Elementen (einer sog. positiven NTE) gehören unter anderem:

- die Außerkörpererfahrung (englisch Out of Body Experience, OBE), das Schweben über dem eigenen Körper, den man (Originalzitat eines Nahtoderfahrenen) "wie einen alten Mantel abgelegt hat"
- die Erfahrung eines tiefen Friedens
- die Bewegung durch einen "Tunnel" auf ein fernes Licht zu
- das Erleben einer anderen, paradiesähnlichen "Welt"
- die Begegnung und der Austausch mit verstorbenen Verwandten und Freunden
- die Erfahrung von Lichtwesen oder eines Lichtes, die oder das eine unfassbare Liebe ausstrahlen
- der Lebensrückblick, in dem das gesamte bisherige Leben gesehen und erinnert wird und in dem der Erfahrende oft seine eigenen Taten beurteilt
- das Stoßen an eine Grenze und die Aufforderung zur Rückkehr in den Körper
- die Rückkehr ins "Leben"
- die oft tiefgehende Änderung des Charakters hinsichtlich Spiritualität, Mitmenschen und Wert des Lebens

Bei einem Vergleich von Nahtoderfahrungen mit Nachtodkontakten ist natürlich die Begegnung mit Verstorbenen von besonderer Bedeutung. Diese werden während einer NTE in der Regel als verjüngt, gesund und glücklich erlebt. Ähnliches berichten auch Menschen mit Nachtod-Kontakten. Auch werden die Verstorbenen, wie dies auch bei Nachtod-Erscheinungen oft der Fall ist, wie aus Licht bestehend oder von einer Licht-Aura umgeben wahrgenommen. Weiterhin liegen Berichte über Nachtod-Kontakte vor, wonach Hinterbliebene die Bewegung durch den Tunnel miterlebt haben.

Wie bei der Nachtod-Kommunikation stellt sich bei NTE die Frage der Echtheit: Handelt es sich dabei nur um Halluzinationen, Phantasien, Träume, oder sind die Erlebnisse real? Es gibt zahlreiche Erklärungsversuche der Natur- und Geisteswissenschaften, die hirnhysiologische, pharmakologische oder psychologische Ursachen dieser Erfahrungen annehmen, sowie eine Fülle von Untersuchungen. Doch es fällt auf, dass sämtliche derartigen Erklärungsversuche und alle entsprechend ausgerichteten Studien sich immer nur mit Teilbereichen der komplexen Nahtoderfahrungen befassen, also z.B. nur den

Tunneleffekt oder das Licht zu erklären versuchen. Die ganze Komplexität des Geschehens - einschließlich der zahlreichen Elemente, nicht zuletzt auch des beurteilenden Lebensrückblicks, der erfahrenen Liebe, der Begegnung nur mit tatsächlich verstorbenen Menschen, der Erfahrung von Sinn, der Änderung des Lebens nach der NTE, usw. - konnte von keiner der bisherigen Hypothesen in seiner Vollständigkeit erklärt werden. Ebenso müssten diese Erklärungsversuche die sehr unterschiedlichen Situationen, in denen eine NTE auftreten kann, einbeziehen. Todesangst, Kohlendioxidüberschuss im Blut und ähnliche vermutete Ursachen könnten niemals sämtliche NTE erklären, da solche vielfach auch ohne Angst, bei Sauerstoffüberschuss usw. erlebt werden.

Wichtig ist zu erwähnen, dass die Nahtoderfahrenen selbst in der Regel von der Echtheit ihres Erlebnisses überzeugt sind. Auch können sie sich noch nach Jahren detailliert daran erinnern, was für die Halluzinationen oder Träume im allgemeinen untypisch ist.

Sterbevisionen

Sterbevisionen (auch Sterbebettvisionen genannt) sind Erfahrungen von Sterbenden kurz vor ihrem Tod (Minuten, Stunden oder auch Tage), in denen ihnen unter anderem Visionen von paradiesischen Landschaften, von Verstorbenen oder von religiösen Gestalten zuteil werden. Nach ihren Bekundungen scheinen die Patienten teilweise in einer anderen Welt zu leben. Sie geben dem Pflegepersonal oder anderen Anwesenden oft zu verstehen, dass die mystischen Gestalten oder die verstorbenen Angehörigen bzw. Freunde gekommen seien, um sie in die andere Welt abzuholen.

Es liegen verschiedene Studien zu Sterbevisionen vor (z.B. von Karlis Osis und Erlendur Haraldsson), die belegen, dass dieses Phänomen, das den Nachtodkontakten verwandt ist, häufig auftritt. Die Forschung zeigt, dass diese Erscheinungen beruhigend und beglückend wirken und für die Sterbenden von großer Bedeutung sind, wohingegen Halluzinationen eher erschrecken und verwirren und letztlich bedeutungslos bleiben.

Die IADC-Therapie zur Behandlung tiefer Trauer

Als Dr. Botkin in einem Krankenhaus für Kriegsveteranen bei Patienten mit traumatischer Trauer die Therapie-Methode EMDR anwandte, die mit Hilfe bestimmter Augenbewegungen die Verarbeitung von Emotionen ermöglicht, stieß er zum ersten Mal darauf, dass Kranke eine innere Wiederbegegnung mit Verstorbenen erlebten, die eine erstaunliche Heilwirkung auf sie hatte. Meist reichten wenige "Begegnungen" aus, um die Traurigkeit und Gefühle der Schuld, der Wut, des Ärgers weitgehend oder sogar vollständig zu überwinden, denn die Patienten spürten eine fortwährende Verbundenheit mit den Betrauten und erfuhren, dass es ihnen gut gehe. Aus seinen Erfahrungen entwickelte Botkin eine spezielle Methode, IADC, Induced After-Death Communication, auf deutsch etwa: eingeleitete Nachtod-Kommunikation, die es ihm ermöglichte, in 70 bis über 90% der Behandlungen "Nachtod-Kontakte" herzustellen und eine Heilung trauernder und traumatisierter Patienten zu bewirken.

Bisher hat er über 3.000 Patienten mit diesem Verfahren behandelt und andere Therapeuten darin ausgebildet. Dabei stellte er fest, dass weder die Überzeugung des Patienten noch die Überzeugung des Therapeuten das Ergebnis beeinflussen. Die Methode wirkt bei religiösen oder spirituellen Menschen genauso wie bei Agnostikern und Atheisten. Sie wirkt bei "normaler" ebenso wie bei traumatischer Trauer, sogar noch

Jahrzehnte nach dem betraueren Verlust. In dem Buch "Zwischen Trauer und Versöhnung. IADC: Therapeutische Kommunikation mit Verstorbenen" stellt Botkin eine Fülle unterschiedlicher Fälle der Heilung durch Nachtod-Begegnungen vor.

Der Autor selbst äußert in seinem Buch Skepsis, ob es sich bei der "eingeleiteten Nachtod-Kommunikation" um eine tatsächliche Begegnung mit Verstorbenen handelt oder um einen innerpsychischen Vorgang, also um eine Einbildung oder Halluzination. Auf die Erklärung der Wirkungsweise kommt es ihm jedoch letztendlich nicht an, sondern auf ihre Wirkung, auf die Ergebnisse. Die Methode funktioniert, ganz gleich woran Therapeut und Patient glauben. Der Autor wendet sich daher gegen metaphysische Spekulationen, auch wenn das Phänomen gängigen Theorien der Psychologie zu widersprechen scheint.

Allerdings stellt Botkin fest, dass zwischen Nahtoderfahrungen (NTE) und IADCs eine Reihe von Ähnlichkeiten und Parallelen bestehen:

- Die IADC-Erlebenden machen zwar meist keine eigenen Außerkörperlichen Erfahrungen wie zahlreiche Nahtoderfahrene, aber sie gehen im Geist oft zu dem Moment des Todes des Betraueren zurück und werden Zeuge, wie die Seele des Sterbenden dessen Körper verlässt und über ihm schwebt.
- Nahtoderfahrene berichten häufig von einem Gefühl des Wohlbefindens und inneren Friedens. Die Patienten mit einer IADC-Nachtod-Kommunikation schildern ebenfalls die Verstorbenen als friedlich und glücklich.
- Bei NTE wie bei IADCs werden ein Tunnel oder Durchgang mit einem Licht an seinem Ende und ein Hingezogenwerden auf dieses Licht beschrieben.
- Bei beiden Erfahrungsarten kann es zur Begegnungen mit Verstorbenen kommen.
- Die erlebten Verstorbenen sind gesund und heil, sie wirken oft auch jünger als zum Zeitpunkt ihres Todes.
- Es werden Verstorbene erlebt, die in hellem Licht, andere, die in dunkleren Bereichen stehen.
- Bei beiden Erlebnisarten werden wunderschöne Landschaften geschildert.
- In IADCs erfahren die Patienten zwar keinen eigenen Lebensrückblick, wie ihn viele Nahtoderfahrene berichten, aber sie erleben die Verstorbenen so, als hätten sie bereits auf ihr Leben zurückgeblickt und aus ihren Fehlern gelernt. Die Verstorbenen zeigen sich häufig reumütig und bemüht, begangene Fehler wieder gutzumachen.

Schließlich stellt Botkin Beobachtungen vor, die seiner Meinung nach eine naturalistische Halluzinationstheorie zunächst einmal erklären müsste:

- Die meisten IADC-Erlebenden sind Menschen, die nicht an Erkrankungen leiden, bei denen es typischerweise zu Halluzinationen kommt.
- Die Erlebenden erfahren häufig Dinge, die sie nicht wissen können. Neue, verifizierbare Erfahrungen erweisen sich als wahr.
- Die eingeleiteten Nachtod-Begegnungen erfahren die Patienten bemerkenswert einheitlich, sie sind weniger individuell ausgeprägt als Halluzinationen. Beispiele: Alle Verstorbenen bringen bedingungslose Liebe zum Ausdruck, teilen mit, es gehe ihnen gut, sind reumütig bzw. bereit zu verzeihen.
- Die Patienten vernehmen des öfteren auch unerwünschte und unerwartete Botschaften oder solche, die sie sich nicht ausgemalt haben können.
- Viele Botschaften der Verstorbenen enthalten Sichtweisen, die die Fähigkeit des Patienten, z.B. sich von der Situation zu distanzieren oder sie zu bewerten, weit übersteigen. Dennoch führen sie häufig zu einer Umkehr der Überzeugungen des Patienten. Die Botschaften können z.B. dem Glaubenssystem des Patienten widersprechen, und der Patient kann dennoch die neue Sichtweise als Wahrheit

annehmen.

- Fast alle IADC-Erlebenden sind von der Wirklichkeit der Begegnung mit Verstorbenen fest überzeugt und behaupten, keine andere bisherige Erfahrung in ihrem Leben gleiche der IADC, es sei denn, sie hatten schon eine NTE oder eine spontane Nachtod-Kommunikation.
- Die Erfahrungen sind ausnahmslos positiv und liebevoll. Sie enthalten immer die Botschaften, die die Patienten für eine Verbesserung ihres Lebens brauchen.
- Beobachter einer IADC-Sitzung können Erfahrungen machen, die mit denen der Patienten identisch sind.

Ein Vergleich der IADC-Therapie von Botkin mit den "nicht induzierten" Nachtodkontakten zeigt deutlich, dass auch hierbei - ebenso wie zu Nahtoderfahrungen - Ähnlichkeiten (über die Begegnung mit den Verstorbenen hinaus) bestehen. Hierzu gehört insbesondere, dass Hinterbliebene die Verstorbenen verjüngt, glücklich und gesund erleben, dass sie sie oft im Licht sehen und dass von den Verstorbenen große Liebe ausgeht.

© Alle Rechte (Bilder und Texte) beim Autor Christian von Kamp