



**Bernard
Jakoby**
**Was geschieht,
wenn wir
sterben?**

Antworten auf die
wichtigsten Fragen
zum Tod

Bernard Jakoby

Was geschieht, wenn wir sterben?

*Antworten auf die wichtigsten Fragen
zum Tod*



nymphenburger

Besuchen Sie uns im Internet unter
www.nymphenburger-verlag.de

© für die Originalausgabe und das eBook: 2015 nymphenburger in der
F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München.

Alle Rechte vorbehalten.

Schutzumschlag: Wolfgang Heinzel

Schutzumschlagmotiv: Andrea Schoenrock, plainpicture

Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering

ISBN 978-3-485-06119-3

Inhalt

Einleitung

Sterben

1. Warum müssen wir sterben?
2. Warum ist es so wichtig, sich mit dem Thema Sterben auseinanderzusetzen?
3. Wie kann ich mich auf mein Sterben vorbereiten?
4. Es wird oft der Satz zitiert, dass sterben lernen leben lernen heißt. Was können wir von Sterbenden lernen?
5. Was ist eine gute Sterbebegleitung?
6. Wie erlebt der Sterbende die Loslösung der Seele vom Körper?
7. Was bedeutet die Ablösung der Elemente?
8. Was genau sind Sterbebettvisionen?
9. Was sind empathische Todeserlebnisse?
10. Woher wissen Sterbende, wann ihre Zeit gekommen ist?
11. Wie vollzieht sich die Loslösung der Seele bei einem plötzlichen Tod oder einem Suizid?
12. Wie erleben Menschen ihr Sterben bei einer Demenz- oder Alzheimererkrankung?
13. Was geschieht im Augenblick des Todes?
14. Wie können wir Todkranken ein menschliches Sterben ermöglichen?
15. Vielen Menschen fällt es schwer zu verzeihen. Was würden Sie ihnen raten?
16. Was verstehen Sie unter Selbstliebe und Selbstakzeptanz?
17. Wie stehen Sie zu aktiver Sterbehilfe?
18. Was erlebt ein Mensch im Koma?
19. Was geschieht bei einer Organentnahme?
20. Wie können wir Trauernde sinnvoll unterstützen?
21. Was ist eine Palliativstation und was geschieht in einem Hospiz?
22. Welche Rolle spielt die Religion für das Verständnis vom Sterben?
23. Haben Sie noch Angst vor dem Sterben?

Nahtoderfahrungen

1. Was genau ist eine Nahtoderfahrung?
2. Was sind die wesentlichen Merkmale einer Nahtoderfahrung?
3. Sind Sterbeforschung und die Studien zu Nahtoderfahrungen eher Wissenschaft oder Esoterik?
4. Können Sie aktuelle Forschungsergebnisse benennen und etwas zu ihrer Bedeutung sagen?
5. Warum sind Nahtoderfahrungen wissenschaftlich umstritten?
6. Sind Nahtoderfahrungen abhängig von Kultur oder Religion?
7. Was ist die zentrale Bedeutung der Begegnung mit dem Licht?
8. Viele erkennen Gott in diesem Licht. Was denken Sie persönlich darüber?
9. Was genau ist die Lebensrückschau?
10. Stimmt es, dass Blinde während einer Nahtoderfahrung sehen können?
11. Was berichten Menschen, die versucht haben, sich das Leben zu nehmen?
12. Unterscheiden sich Nahtoderfahrungen von Kindern von denen Erwachsener?
13. Manche berichten darüber, negative oder höllische Erfahrungen gemacht zu haben. Können Sie etwas dazu sagen?
14. Welche Beweise liefern Nahtoderfahrungen für ein Leben nach dem Tod?
15. Was sind ultimative Nahtoderfahrungen?
16. Was sind die wichtigsten Persönlichkeitsveränderungen?
17. Welche Rolle spielt das Bewusstsein im Zusammenhang mit Nahtoderfahrungen?

Das Leben nach dem Tod

1. Können Verstorbene mit uns in Kontakt treten?
2. In welchen Formen treten Nachtodkontakte auf?
3. Hat jeder die Möglichkeit, mit Verstorbenen in Kontakt zu treten?
4. Was ist ein Medium?
5. Darf ich überhaupt ein Medium aufsuchen?
6. Was ist die Seele und wie unterscheidet sie sich vom höheren Selbst?

7. Was können wir über das Leben nach dem Tod wissen?
8. Glauben Sie an Reinkarnation?
9. Wie erklären Sie Rückführungen?
10. Gibt es Engel?
11. Gibt es einen Unterschied zwischen Engeln, Geistführern und Geistwesen?
12. Wie muss ich mir die Kommunikation mit dem höheren Selbst in mir vorstellen?
13. Erfahren Menschen in Kontakten mit dem Jenseits oder in den Nahtoderfahrungen Gott? Glauben Sie an Gott?
14. Warum lässt Gott das Leid zu?
15. Was ist Bewusstsein bezogen auf ein Leben nach dem Tod?
16. Haben auch Tiere ein Leben nach dem Tod?

Epilog

Einleitung

Seit vielen Jahren gebe ich Seminare und halte Vorträge zum Thema Sterben und Tod. Es ergeben sich dabei viele persönliche Kontakte und Gespräche und mir werden immer wieder dieselben Fragen gestellt. Dies nahm ich zum Anlass, ein Buch mit Antworten auf genau diese Fragen zu veröffentlichen. Die Antworten repräsentieren das heutige Wissen der Sterbeforschung, das leider immer noch nicht in der breiten Öffentlichkeit angekommen ist, obwohl es vielen eine Hilfestellung sein könnte – gerade auch im Umgang mit der Angst vor dem Tod. Sollten Sie eine Frage haben, die Sie hier nicht berücksichtigt finden, schreiben Sie mir eine E-Mail oder sprechen Sie mich nach einem meiner Vorträge an (www.sterbeforschung.de).

Meinen ganz persönlichen Zugang zu diesen Themen fand ich in frühester Jugend. Als im Jahr 1977 das Buch von Raymond Moody »Leben nach dem Tod« erschien, eröffnete sich mir eine völlig neue Perspektive. Es handelte sich um die erste Studie, die das Phänomen der Nahtoderfahrungen einem breiten Publikum nahebrachte und Aufschluss darüber gab, was beim Sterben mit uns geschieht. Die vielfältigen Berichte boten tiefe Einblicke in ein Leben nach dem Tod. Ungefähr zur selben Zeit war die aus der Schweiz stammende Pionierin der Sterbeforschung, Elisabeth Kübler-Ross, häufiger Gast in Gesprächsrunden. Ihre fundamentalen Einsichten in den Sterbeprozess veränderten den Umgang mit Sterbenden, die bis dahin in Abstellkammern abgeschoben worden waren, grundlegend. Elisabeth Kübler-Ross machte das Sterben öffentlich und beendete die Hilflosigkeit und Unwissenheit, wie eine sinnvolle Sterbebegleitung aussehen könnte.

All diese Dinge haben mich damals tief berührt und ich las jedes Buch, das mir über diese Thematik in die Hände fiel. Während meines literaturwissenschaftlichen Studiums befasste ich mich intensiv mit psychologischen und soziologischen Aspekten von Sterben und Tod.

1986 erkrankte meine Mutter an Magenkrebs und musste sich mehreren Operationen unterziehen. Sie weigerte sich, über ihren möglichen Tod zu sprechen, nahm jedoch tapfer die gravierenden körperlichen Einschränkungen in Kauf, da sie noch nicht sterben wollte. 1988 erkrankte mein Vater an Darmkrebs und auch er hatte sich vielfältigen Eingriffen zu stellen. Die Erkrankungen meiner Eltern veränderten mein Leben einschneidend. Es war mir überaus wichtig, für sie da zu sein, und ich erhielt so einen tiefen und sehr persönlichen Einblick in den Verlauf von Sterbeprozessen – wobei es vor fünfundzwanzig Jahren noch nicht die Möglichkeit einer lindernden Schmerztherapie gab, wie wir das heute durch Palliativstationen, Hospize oder Schmerztherapeuten kennen.

Mein Vater starb im August und meine Mutter im November 1990. Das größte Geschenk meiner Mutter war, dass sie sich im Augenblick ihres Todes von mir verabschiedete. Ich spürte buchstäblich, wie ihre Seele in mein Herz strömte, um dort Teil meiner Innenwelt zu werden. Dieses Erlebnis war für mich die Initialzündung, mich fortan noch intensiver mit Sterben und Tod zu beschäftigen. Ich hatte die persönliche Erfahrung gemacht, dass die Seele des Menschen nach dem Tod weiter besteht.

Dies bewirkte eine Neuorientierung in meinem Leben. Mir war dadurch bewusst geworden, wie wenig die Menschen über die Vorgänge beim Sterben, über Nahtoderfahrungen und die reale Existenz der Nahtoderfahrungen wissen. Ich beschloss, dazu beizutragen, das heutige Wissen über das Sterben bekannter zu machen.

Aus diesem Grund ging ich nach Berlin und suchte zunächst durch Zeitungsanzeigen oder in spirituellen Gruppen nach Zeugnissen und Aussagen von Menschen, die Nahtod- oder Nachtoderfahrungen gemacht hatten. Sterbeforschung ist eine rein empirische Wissenschaft, die durch Befragungen, Auswertungen oder Auswirkungen beispielsweise eines Todesnähe-Erlebnisses Kriterien darüber erstellt hat, was unter einer Nahtoderfahrung zu verstehen ist.

Gegenwärtig haben circa vier Millionen Menschen in Deutschland eine Nahtoderfahrung (NTE) erlebt. Wir wissen heute mehr als jemals zuvor darüber, was mit uns geschieht, wenn wir sterben, und dass der Mensch mehr ist als eine Körpermaschine. Bis heute sind unzählige wissenschaftliche Studien über sämtliche Aspekte der NTE erschienen, die allesamt belegen, dass Bewusstsein unabhängig vom Körper existiert.

Ziel und Sinn meiner Arbeit ist es, dazu beizutragen, die Berührungsangst vor den Themen Sterben und Tod aufzulösen. Das ist in gewissem Sinn keine streng wissenschaftliche Arbeit – das Überschreiten der Todeslinie lässt sich nicht empirisch messen –, sondern eine konkrete Hilfestellung, selbst erlebte Phänomene besser verstehen und einordnen zu können. In diesem Sinne ist Sterbeforschung nach meinem Verständnis Lebenshilfe.

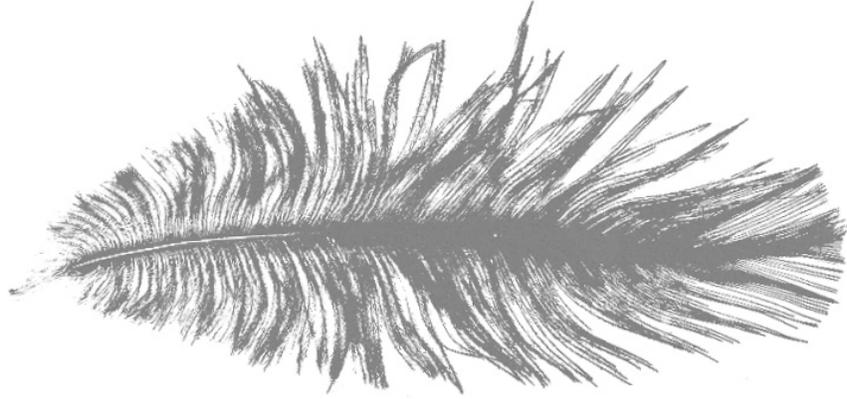
In den letzten Jahren habe ich sehr viele Vorträge und Seminare im gesamten deutschsprachigen Raum abgehalten. Dabei teilten mir sehr viele Menschen ihre persönlichen Erlebnisse mit, ebenso durch E-Mails, Briefe oder Telefonate. Ich kann deshalb nur betonen, dass alle Phänomene, die ich in meinen Büchern beschreibe, die Essenz einer Fülle persönlicher Erfahrungen sind.

Durch die Frage-Antwort-Form dieses Buchs war es zwangsläufig notwendig, verschiedene Aspekte und Inhalte zum besseren Verständnis zu wiederholen. Sollten Sie dieses Buch am Stück lesen, so

bitte ich Sie an dieser Stelle um Verständnis. Sollten Sie sich für einzelne Fragen interessieren und nicht chronologisch lesen, sind Sie mir hingegen wahrscheinlich dafür dankbar.

Obwohl der Tod uns alle betrifft, besteht immer noch eine große Scheu, sich damit auseinanderzusetzen oder den eigenen Wahrnehmungen oder Impulsen im Umgang mit dem Sterben zu vertrauen. Wenn meine Bücher oder die persönlichen Gespräche mit Betroffenen dazu beitragen, den Menschen etwas von der Angst vor Sterben und Tod zu nehmen und ihnen damit auch einen neuen Blick auf ihr Leben zu eröffnen, ist meine Aufgabe mehr als erfüllt.

Sterben



1. Warum müssen wir sterben?

Der Tod gehört zum Leben und ist eine biologische Notwendigkeit, da sich die Zellen unseres Körpers nicht endlos reproduzieren lassen. Geburt und Tod sind eine Einheit, wodurch die begrenzte Dauer des Lebens in einem Körper definiert ist. Die Lebensenergie zieht sich im Laufe des Lebens zurück oder wird durch einen Unfall oder eine schwere Erkrankung geschädigt und wir sterben. Gemessen an der Ewigkeit unserer geistigen Existenz sind wir für eine relativ kurze Zeitspanne auf der Erde.

Irgendwann sind die Reserven unseres Körpers einfach aufgebraucht und dann ist der Tod für viele eine Erlösung. Es ist eine Illusion zu hoffen, dass wir eines Tages ewig im Körper leben können – allen medizinischen und wissenschaftlichen Versprechungen zum Trotz. Der Körper ist vergänglich und ich frage mich manchmal, was der Preis der Verlängerung unseres Lebens wäre: ein beständiger Austausch von Organen und allen lebenswichtigen Funktionen? Oder ein Gehirn, welches das vermeintliche Denken eines Menschen einspeist in die virtuelle Welt eines Computers? Oder das Einfrieren eines schwer erkrankten Körpers in der Hoffnung, dass er in der Zukunft geheilt werden kann? Wie will man uns dann wieder aufwachen lassen?

Jeder hat eine spezifische Lebensaufgabe. Wenn diese erfüllt ist, kann der Mensch in seine geistige Heimat zurückkehren. Ein Kind, das mit fünf Jahren an Krebs stirbt, trägt zum geistigen Wachstum seiner Familie bei, die nun aufgefordert ist, sich mit Sterben und Tod auseinanderzusetzen, um Liebe, Verständnis und Akzeptanz zu lernen. Andere wiederum erkennen erst im hohen Alter, während ihres Sterbeprozesses, dass ihre Angst vor dem Leben und vor anderen verhindert hat, das Geschenk der göttlichen Liebe in sich anzunehmen.