

Peter Godzik

Hoffnung über den Tod hinaus

Vortrag im Don Bosco-Haus in Mölln am 18. Juni 1996

Sehr geehrte Damen und Herren!

Im Kreuzgang des Schleswiger Domes, an dem ich meine Predigtstelle habe, gibt es eine mittelalterliche Darstellung des Marientodes:



Die sterbliche Hülle der Mutter Jesu liegt auf dem Sterbebett in Jerusalem. Zu ihren Häupten und Füßen haben sich die Apostel versammelt. Sie beten und lesen aus der Schrift, sie halten ein Sterbekreuz vor und besprengen den Leib mit Weihwasser. In diesen Abschied von der Welt erscheint Christus und nimmt die kleiner dargestellte Geistseele seiner Mutter zu sich und trägt sie in den Himmel.

Früher fanden sich solche Darstellungen häufig an den Westportalen der Kirchen. Sie wollten die Gläubigen darüber belehren, wie rechte Sterbebegleitung zu geschehen habe, und sie gleichzeitig darüber aufklären, welche Hoffnung Christen über den Tod hinaus haben: Der Geist kehrt zurück zu Gott, von dem er einst ausgegangen ist; der Leib wird in die Erde gebettet zur Bestattung. Er wartet dort auf seine Verwandlung. Denn wir sollen nicht leiblos vor Gott wandeln, sondern mit einem neuen Leib überkleidet werden.

Die fromme Legende hat diese Wartezeit für die Gottesmutter abgekürzt: Kurz nach dem Marientod, als die Jünger den Leichnam zur Bestattung in ein Grab legen wollen, erscheint Christus mit seinen Engeln, verbindet Leib und Seele der Maria und nimmt sie als ganze Person, mit Leib, Seele und Geist in den Himmel auf. Am 15. August feiert die katholische Kirche dieses Geheimnis des Glaubens: Wir sollen alle verwandelt werden, und Maria ist die erste unter den Gläubigen, die Anteil erhält an der Auferstehungswirklichkeit ihres Sohnes. Mariä Himmelfahrt ist noch ein Privileg,

ein Vorzug der Gottesmutter, aber wir alle sollen im Aufblicken auf sie Anteil haben an dem österlichen Sieg Jesu.

Was geschieht im Sterben? Ich habe Ihnen von der gemeinsamen Glaubensstradition erzählt, die sich im mittelalterlichen Bild vom Entschlafen der Gottesmutter ausdrückt. Die katholische Kirche hat erst in diesem Jahrhundert ihr Glaubensvertrauen darin zum Ausdruck gebracht, daß sie die leibliche Aufnahme Mariens in den Himmel dogmatisch zum Ausdruck gebracht hat.

Die evangelische Kirche ist mit dem gleichen Impetus zur Erhaltung der Ganzheit des Menschen einen anderen, viel nüchterneren Weg gegangen: Sie hat unter den Angriffen der aufgeklärten Vernunft vom Ganztod des Menschen gesprochen, der stirbt mit Leib, Seele und Geist. Es ist allein Gottes Sache, uns in seinem Gedächtnis festzuhalten und uns durch eine Art Neuschöpfung eine ewige Existenz vor ihm zu geben.

Merken Sie den Unterschied in der Sache? Einmal kann die christliche Frömmigkeit nicht genug staunen über das, was Gott den Menschen tut, indem er sie teilhaben läßt an seinem österlichen Sieg über den Tod. Ein andermal möchte der Mensch nichts für sich in Anspruch nehmen, sondern überläßt es Gott allein, was nach dem Tode geschieht.

Auch wenn wir immer wieder schwanken werden zwischen diesen beiden Polen, nämlich entweder zuviel oder zuwenig zu sagen über unsere Weiterexistenz nach dem Tod, so fragen wir uns doch als Begleiterinnen und Begleiter von Schwerkranken und Sterbenden, was eigentlich geschieht im Sterben. Sind wir Zeugen eines Nichtungsprozesses, der uns nur seufzen und klagen läßt, oder sind wir Zeugen eines Übergangs, einer Geburt, die zwar mit körperlichen Beschwerden verbunden ist, die Seele aber hinübergehen läßt in ein Licht, in einen weiten Raum bei Gott?

Martin Luther, dessen 450. Todestages wir in diesem Jahr gedenken, hat 1519 in seinem Sermon von der Bereitung zum Sterben geschrieben:

„Es geht hier (gemeint ist: beim Sterben) zu, wie wenn ein Kind aus der kleinen Wohnung in seiner Mutter Leib mit Gefahr und Ängsten geboren wird in diesen weiten Himmel und Erde, das ist in unsere Welt: ebenso geht der Mensch durch die enge Pforte des Todes aus diesem Leben. Und obwohl der Himmel und die Welt, darin wir jetzt leben, als groß und weit angesehen werden, so ist es doch alles gegen den zukünftigen Himmel so viel enger und kleiner, wie es der Mutter Leib gegen diesen Himmel ist. Darum heißt der lieben Heiligen Sterben eine neue Geburt, und ihre Feste nennt man lateinisch Natale, Tag ihrer Geburt. Aber der enge Gang des Todes macht, daß uns dies Leben weit und jenes enge dünkt. Darum muß man das glauben und an der leiblichen Geburt eines Kindes lernen, wie Christus sagt: ‚Ein Weib, wenn es gebiert, so leidet es Angst. Wenn sie aber genesen ist, so gedenkt sie der Angst nimmer, dieweil ein Mensch geboren ist von ihr in die Welt.‘ (Joh. 16,21) So muß man sich auch im Sterben auf die Angst gefaßt machen und wissen, daß danach ein großer Raum und Freude sein wird.“

Ein interessanter Vergleich, der auch vor den Augen der kritischen Vernunft Bestand hat, handelt es sich doch um einen Analogieschluß vom Bekannten auf das Unbekannte. Es war Carl Friedrich von Weizsäcker, der uns in seinem bedeutsamen Vortrag über den Tod (abgedruckt in seinem Buch „Der Garten des Menschlichen“) darauf aufmerksam gemacht hat, daß die Evolution sich in Sprüngen von einem Plateau durch eine Krise zum nächsten Plateau entwickelt, dabei aber den Entwicklungsprozeß nie grundlegend verändert. Es gibt Entsprechungen in den Entwicklungslinien,

so würde der Philosoph sagen. Es ist der eine Gott, mit dem wir es zu tun haben im Leben und im Sterben, so drückt es der Glaube aus. Gott zerbricht nicht ganz und gar, sondern er verwandelt ins Licht vor sein Angesicht. So ist das Sterben eigentlich anzusehen wie eine Geburt: Wir streifen die Hülle unser vorherigen Existenz ab, sie wird nicht mehr gebraucht und zerfällt in der Erde oder wird verbrannt; unsere Geistseele aber bricht hindurch in einen weiten Raum bei Gott, in dem Wärme, Nähe und Anschauung herrscht, wenn wir uns dem Licht zuwenden können - der uns frieren und verloren sein läßt, wenn wir darauf beharren, in ewiger Abgewandtheit von Gott zu existieren. Himmel und Hölle - das bereiten wir uns selbst schon hier auf Erden und erst recht im Jenseits durch unsere Einstellung zu Gott. Aber wer weiß: Vielleicht akzeptiert Gott im Himmel nicht unsere ewige Abwehrhaltung, sondern überwindet uns mit seiner alles verwandelnden Liebe.

Noch eine Überlegung gestattet uns der Vergleich des Sterbens mit der Geburt. Bei der Geburt gilt die Steißlage als eine Komplikation. Rückwärts gewandt hat es das Kind schwer, die enge Pforte des Geburtskanals zu passieren. In früheren Zeiten hat man versucht, diese Steißlage durch behutsames Drehen zu korrigieren, heute schreitet man deshalb eher zum Kaiserschnitt. Wichtig ist mir der Vergleich: Könnte es sein, daß viele Menschen heute in geistlicher Steißlage sterben, den Kopf nicht nach vorn richten können zu dem, was sie jenseits des Todes erwartet? Sie klammern sich mit aller Gewalt an das, was sie hier in diesem Leben vor Augen haben und weigern sich, den Blick in ein Jenseits des Todes zu richten - weil wir doch nichts genaues darüber wissen können. Und so bleiben sie hoffnungslos, ungetröstet und können nicht mitatmen, mitarbeiten bei dem Weg, der auch im Sterben zu bewältigen ist.

Ich möchte Ihnen das anhand einer kleinen Geschichte von Henri Nouwen, dem bekannten amerikanischen Pastoraltheologen und geistlichen Schriftsteller, illustrieren. Sie handelt von Zwillingen, Bruder und Schwester, die sich vor ihrer Geburt im Schoß ihrer Mutter unterhalten.

Die Schwester sagte zu ihrem Bruder: „Ich glaube an ein Leben nach der Geburt!“ Ihr Bruder erhob lebhaft Einspruch: „Nein, nein, das hier ist alles. Hier ist es schön dunkel und warm, und wir brauchen uns lediglich an die Nabelschnur zu halten, die uns ernährt.“ Aber das Mädchen gab nicht nach: „Es muß doch mehr als diesen dunklen Ort geben; es muß anderswo etwas geben, wo Licht ist und wo man sich frei bewegen kann.“ Aber sie konnte ihren Zwillingsbruder immer noch nicht überzeugen. Dann, nach längerem Schweigen, sagte sie zögernd: „Ich muß noch etwas sagen, aber ich fürchte, du wirst auch das nicht glauben: Ich glaube nämlich, daß wir eine Mutter haben!“ Jetzt wurde ihr kleiner Bruder wütend: „Eine Mutter, eine Mutter!“, schrie er. „Was für ein Zeug redest du denn daher? Ich habe noch nie eine Mutter gesehen, und du auch nicht. Wer hat dir diese Idee in den Kopf gesetzt? Ich habe es dir doch schon gesagt: Dieser Ort ist alles, was es gibt! Warum willst du immer noch mehr? Hier ist es doch alles in allem gar nicht so übel. Wir haben alles, was wir brauchen. Seien wir also damit zufrieden.“ Die kleine Schwester war von dieser Antwort ihres Bruders ziemlich erschlagen und wagte eine Zeitlang nichts mehr zu sagen. Aber sie konnte ihre Gedanken nicht einfach abschalten, und weil sonst niemand da war, mit dem sie hätte darüber sprechen können, sagte sie schließlich doch wieder: „Spürst du nicht ab und zu diesen Druck? Das ist doch immer wieder ganz unangenehm. Manchmal tut es richtig weh.“ - „Ja“, gab er zur Antwort, „aber was soll das schon heißen?“ Seine Schwester darauf: „Weißt du, ich glaube, daß dieses Wehtun dazu da ist, um uns auf einen anderen Ort vorzubereiten, wo es viel schöner ist als hier und wo wir unsere Mutter von Angesicht zu Angesicht sehen werden. Wird das

nicht ganz aufregend sein?“ Ihr kleiner Bruder gab ihr keine Antwort mehr. Er hatte endgültig genug vom dummen Geschwätz seiner Schwester und dachte, am besten sei es, einfach nicht mehr auf sie zu achten und zu hoffen, sie würde ihn in Ruhe lassen.

Ob wir uns wiedererkennen in dieser kleinen Geschichte mit unserem Glauben und mit unserer Skepsis? Sie könnte uns ja vielleicht helfen, unseren eigenen Tod mit neuen Augen zu sehen. Wir können so leben, als sei dieses Leben alles, was wir haben, und als sei der Tod einfach etwas Absurdes, und folglich sei es das Beste, überhaupt nicht davon zu reden. Oder wir können uns dafür entscheiden, unsere Bestimmung als Kinder Gottes bewußt zu wählen und darauf zu vertrauen, daß der Tod ein zwar schmerzlicher, aber gesegneter Durchgang ist, der uns von Angesicht zu Angesicht vor unseren Gott stellt.

Es sind aber nicht nur die Aussagen des Glaubens, die uns helfen könnten, den Blick nach vorne zu richten in die Zukunft jenseits des Todes. Nahtod-Erfahrungen von Menschen, die klinisch tot waren und wiederbelebt werden konnten, ermöglichen uns auf einer neurophysiologisch erforschbaren Ebene Zugänge zu Phänomenen, die sonst nur in den religiösen und künstlerischen Traditionen der Völker überliefert werden.



Sie alle kennen vermutlich das berühmte Bild von Hieronymus Bosch (ca. 1450-1516) vom Aufstieg der Seele in den Himmel: eine Tunnelröhre führt in ein helles Licht, die Seele wird von Engeln geleitet und von menschlichen Wesen umgeben von Licht erwartet.

Es ist erstaunlich, wie sehr dieses mittelalterliche Bild mit dem übereinstimmt, was Hunderte, ja Tausende von Menschen in weltweit bezeugten Nahtod-Erlebnissen erlebt und geschildert haben. In kompletter Form besteht ein Nahtod-Erlebnis in oft chronologischer Reihenfolge aus folgenden Sequenzen:

- einer Stimmungsaufhellung mit Gefühlen von Leichtigkeit, Wohlbefinden, Friede und Glück;
- einem außerkörperlichen Erlebnis, bei dem der Sterbende sich plötzlich auf seinen eigenen physischen Körper herabschauend erlebt, wobei sein rationales Bewußtsein ohne Bruch weiterarbeitet und zuweilen gar verschiedene Tests unternimmt, um diese neue Existenz zu überprüfen;

dabei werden oft - selbst von Blinden - verifizierbare optische Wahrnehmungen gemacht; während der Außerkörperlichkeitserfahrung sind alle Schmerzen verschwunden; schließlich kann man in diesem Zustand scheinbar durch die Materie hindurchgehen oder sehen sowie die Gedanken der Anwesenden lesen;

- Eintritt in eine zumeist dunkle tunnelartige Übergangszone;
- Wahrnehmung eines meist weiß-goldenen unendliche Liebe ausstrahlenden Lichtes, das bei dem Erlebenden Gefühle höchster Seligkeit auslöst; im Verschmelzen mit diesem Licht kann es zu mystischen Allwissens- bzw. Alleinheitserfahrungen kommen;
- Wahrnehmung einer paradiesischen Landschaft;
- Begegnung mit verstorbenen Verwandten, religiösen Figuren oder Lichtwesen; mit diesen kommt es zu einer Art telepathischen Kommunikation, in welcher der Erlebende oft zur Rückkehr aufgefordert wird;
- die Rückkehr in den Körper erfolgt dann – häufig gegen den Willen des Erlebenden – zumeist sehr abrupt;
- während eines dieser Stadien kommt es oft noch zum Ablauf eines Lebensfilms, in dem bekannte und unbekannte Einzelheiten des eigenen Lebens gesehen werden; dabei erlebt der Betreffende noch einmal alle seine Gedanken, Worte und Taten mit ihren Auswirkungen auf alle Beteiligten nach, wobei es zu einer hoch-ethischen Bewertung derselben nach dem Maßstab der Liebe kommt;
- selten werden auch präkognitive Teile der eigenen oder globalen Zukunft gesehen, die später zuweilen tatsächlich wahr werden;
- immer kommt es dabei zu einer Aufhebung des gängigen Zeitablaufs insofern, als in der kurzen Nahtod-Erfahrung viel mehr als gewöhnlich möglich erlebt wird.

In den christlich orientierten Industrieländern dominieren diese durchweg positiven Nahtod-Erfahrungen. Etwa jedes zehnte Erlebnis hat jedoch einen negativen oder gemischt negativ-positiven Inhalt. Zumeist kommt es dabei nach einer Außerkörperlichkeits- und Tunnelphase zum Eintritt in eine dunkle, höllische Welt, wo Dämonen und andere finstere Figuren den Erlebenden verurteilen, bedrohen oder gar angreifen. Er sieht Bereiche voller haßerfüllter, sich gegenseitig schlagender oder gequälter Menschen, die ihren Süchten und schlechten Eigenschaften frönen. Auch kann es zum Eintritt in eine dunkel-kalte unendliche Leere kommen, die kein Entrinnen ermöglicht und die eigene Existenz bedroht.

Das Auftreten negativer Sterbeerfahrungen scheint mit dem momentanen seelischen Zustand zusammenzuhängen. So findet man solche Erlebnisse gehäuft nach Selbstmordversuchen, wenngleich es dabei oft auch positive Erlebnisse gibt. Auch kann ein einzelner mehrere positive und negative Nahtod-Erfahrungen machen - abhängig von dem momentanen seelischen Zustand.

Viele Menschen sind nach einem solchen Sterbeerlebnis von der Existenz Gottes überzeugt und geben religiösen und ethischen Werten in ihrem Leben Vorrang vor allem anderen. Sie empfinden eine größere Liebe und Verbundenheit mit allen und allem, mehr Toleranz und Mitgefühl mit den Menschen, aber auch eine höhere Wertschätzung der eigenen Person. Sie wenden sich häufig von materialistischen, äußerlichen Werten ab und nehmen sozial-karitative Aufgaben an. Sie haben Lebensfreude und Selbstvertrauen, fühlen sich aber auch verantwortlicher. Sie suchen Selbsterkenntnis, Lebenssinn und Weisheit, fühlen sich insgesamt „lebendiger“ und wissen um die Kostbarkeit der noch zur Verfügung stehenden Zeit.

Die Behauptung, daß die Nahtod-Erlebnisse Wahrnehmungen einer anderen Realität und keine Halluzinationen seien, ist nicht widerlegbar. Welche Wahrnehmungen „real“ und welche „halluziniert“ sind, können wir nicht mit Sicherheit feststellen. Unsere

Wirklichkeit ist im psychiatrischen Sinne immer eine Illusion, da es sich um eine Interpretation des Gehirns handelt. Doch anders als Phantasien und ähnlich wie „wirkliche“ Wahrnehmungen haben Nahtod-Erfahrungen gemeinsame Inhalte und bestehen aus einer sinnvollen szenischen Abfolge. Menschen, die für Halluzinationen anfällig sind, erleben Nahtod-Erfahrungen nicht häufiger als andere Menschen.

Welche Hirnareale bei Nahtod-Erlebnissen beteiligt sind, läßt sich nicht genau festlegen. Vermutlich spielt das temporo- limbische System eine wichtige Rolle, welches das Groß-, Zwischen- und Mittelhirn durchzieht. Dieses System ist jedoch auch an anderen integrativen Leistungen wie Gedächtnis, Lernen, Sprache und Selbstgefühl beteiligt. Stimuliert man den rechten Temporallappen des Großhirns elektrisch, so können manchmal Elemente der Nahtod-Erfahrung wie Lebensfilm-Bruchstücke, Zeitveränderungen, Glücksgefühle oder Außerkörperlichkeitserlebnisse beobachtet werden.

Bei der Nahtod-Erfahrung scheinen ganz bestimmte Hirn-Strukturen selektiv erregt zu werden. Dieses Erfahrungsmuster scheint im Gehirn biologisch angelegt zu sein, so daß es „bei Bedarf“ aktiviert werden kann. Der Psychiater Stanislav Grof konnte beispielsweise durch Halluzinogene Elemente der Nahtod-Erfahrung bei unheilbar Krebskranken auslösen und ihnen so (religiöse) Zuversicht geben und die Angst vor dem Tod nehmen, ihre Stimmung aufhellen und Schmerzen reduzieren.

Dementsprechend gelten bewußtseinsverändernde Techniken und Substanzen in den meisten Kulturen als Zugang zu religiösen (Jenseits-)Erfahrungen. Die Nahtod-Erfahrung stellt deren Prototyp dar und zeigt sogar deren biologische Basis auf. Alle religiösen Erfahrungen und die Religiosität des Menschen überhaupt scheinen auf einer solchen neurophysiologischen Grundstruktur zu beruhen. „Nahtod-Erlebnisse sind deshalb so heilsam, weil sie die innere Religiosität freilegen, die bei uns allgemein verdrängt wird“ – so faßt der Psychiater Michael Schröter-Kunhardt seine bisherigen Forschungsergebnisse auf diesem Gebiet im Juni-Heft 1993 der Zeitschrift „Psychologie heute“ zusammen.

Aber was nützt uns eine beinahe naturwissenschaftliche Zusicherung der Glaubwürdigkeit unserer religiösen Überlieferung? Werden wir deshalb zuversichtlicher in unser Sterben gehen? Werden wir deshalb aufmerksamer und verständnisvoller Schwerkranke und Sterbende begleiten? Und vor allem: Werden wir deshalb den klaren Blick dafür gewinnen, was nach unserem Sterben kommt?

Ich möchte mit einem seelsorgerlichen Text von Martin Luther schließen, den er uns in seinem Sermon von der Bereitung zum Sterben 1519 hinterlassen hat:

„Kein Christenmensch soll an seinem Ende daran zweifeln, daß er nicht allein sei in seinem Sterben. Sondern er soll gewiß sein, daß nach der Aussage des Sakraments auf ihn gar viele Augen sehen. Zum ersten Gottes selber und Christi, weil er seinem Wort glaubt und seinem Sakrament anhängt; danach die lieben Engel, die Heiligen und alle Christen. Denn da ist kein Zweifel, wie das Sakrament des Altars zeigt, daß die allesamt wie ein ganzer Körper zu seinem Glied hinzulaufen, helfen ihm den Tod, die Sünde die Hölle überwinden und tragen alle mit ihm. Da ist das Werk der Liebe und der Gemeinschaft der Heiligen im Ernst und gewaltig im Gange, und ein Christenmensch soll es sich vor Augen halten und keinen Zweifel daran haben; woraus er dann den Mut schöpft zu sterben. ...

Wenn aber Gott auf dich sieht, so sehen ihm nach alle Engel, alle Heiligen, alle Kreaturen; und wenn du in dem Glauben bleibst, so halten sie alle die Hände unter.“