

„Schnupperstunde im Himmel“

Foto: Adobe Stock/defpics



Auf der anderen Seite der Tür könnten eines Tages Ihre verstorbenen Liebsten auf Sie warten.

Foto: Adobe Stock/lasedesignen



So könnte eine Lichtvision aussehen. Viele Menschen mit einer NTE berichten vom Gang durch einen Tunnel.

Foto: Adobe Stock/Phillipe Gillotte



Jana A. Hermann

Foto: Jasmin Boje

Jana A. Hermann hatte 1985 eine Nahtoderfahrung (NTE) und möchte nun anderen Betroffenen helfen

Von Vanessa Rohner

In einer kalten Januarnacht im Jahr 1985 erlitt Jana A. Hermann eine Fehlgeburt – ein überaus traumatisches Ereignis. Als das Baby da war, beobachtete sie das Geschehen im Kreißsaal von der Decke aus – losgelöst von ihrem Körper. Sie konnte hören, was von den Ärzten gesprochen wurde, sah, dass eine Krankenschwester ihre Hand hielt, aber all das war ihr egal.

Ihre ganze Aufmerksamkeit richtete sich auf eine kleine Wolke, die sich vom Körper ihres verstorbenen Kindes löste

und nach oben schwebte. Sie folgte der Wolke in einen Durchgang zwischen zwei Wänden. Just in diesem Moment verwandelte sich die Wolke in ein zwei bis drei Jahre altes Mädchen mit langen Haaren.

Nach dem Durchgang wartete eine wunderschöne lichtdurchflutete Landschaft mit goldenem Gras – in der Mitte ein Weg mit goldenem Sand – auf die beiden. Am Ende des Weges: ein Zaun mit Türchen. Dort wartete Jana A. Hermanns verstorbene Großmutter und nahm ihre kleine Urenkelin in Empfang. Jana hingegen durfte hier nicht weitergehen.

Ihre Tochter umarmte noch ein letztes Mal ihre Beine und verschwand dann mit ihrer Urgroßmutter. „Einen Abschied auf Zeit, nenne ich das immer“, lächelt Jana A. Hermann.

Das Nächste, an was sie sich erinnern kann, ist, dass sie am Tag darauf mit flachem Bauch und Infusionen im Arm auf-

wachte. Ihr wurde mitgeteilt, dass sie ihr Kind verloren habe. Nach vier oder fünf Tagen durfte sie das Krankenhaus wieder verlassen.

Eine Nahtoderfahrung ist also keineswegs, wie mancher vielleicht eingangs wegen des Begriffs gedacht haben könnte, die Erfahrung krankheitsbedingt kurz vor dem Tod zu stehen – vielmehr bedeutet es, dem Tod noch einmal von der Schippe gesprungen sein.

Dieses Phänomen kann nicht nur bei körperlichem Stress, wie zum Beispiel Herzstillstand oder Verletzungen durch einen Unfall auftreten, sondern auch bei seelischem Stress, beispielsweise einer (Fehl-)Geburt.

Eine NTE verändert das Leben

Das Erlebte hat starke Auswirkungen auf das Leben der betroffenen Person. Viele trennen sich nach einer NTE von ihrem Partner, kündigen ihren Job, verlassen das gewohnte Umfeld oder nehmen ähnlich radikale Änderungen in ihrem Leben vor – „wenn man nach einer Schnupperstunde im Himmel so eine zweite Chance bekommt, merkt man, dass auch der eigene Körper wichtig ist, dass man bestimmte Dinge machen will und vor allem, dass man nicht immer nur tun möchte, was andere von einem verlangen“, so Hermann. Schätzungsweise vier Millio-

„Einen Abschied auf Zeit, nenne ich das immer“

nen Menschen in Deutschland haben mindestens einmal eine NTE erlebt. Bereits

vor 400 Jahren wurden NTE in der Literatur erwähnt. „Es ist aber kein Wunder, dass sie heutzutage öfter vorkommen – immerhin ist mittlerweile die medizinische Versorgung viel besser. Menschen die früher gestorben wären, können jetzt häufig gerettet werden“, erklärt Jana A. Hermann.

Wie der Namensbestandteil „Erfahrung“ schon andeutet, wird das Erlebte von jedem subjektiv und auf seine eigene Art und Weise wahrgenommen. Das heißt, keine NTE gleicht der anderen. Bei Jana A. Hermann dominierte vor allem das Gefühl der bedingungslosen Liebe und der Allwissenheit. „Das war ein Wissen ohne Neugier. Man weiß es einfach“, so Hermann.

Das allgemeine Interesse der Wissenschaft an NTE verstärkte sich mit der Veröffentlichung des Buchs „Life After Life“ vom amerikanischen Psychiater und Philosophen Raymond Moody. Das heißt, seit über 40 Jahren wird in diesem Gebiet geforscht.

Kennzeichen einer NTE

Moody hob 15 Kennzeichen einer NTE hervor – diese können alle gleichzeitig auftreten, müssen aber nicht. Die am häufigsten dokumentierten Merkmale sind:

- Schwebbeerlebnis und Beob-

achtung des eigenen Körpers (Außerkörper-Erfahrung)

- Lichtvision – oft in Form von Personen am Ende eines Tunnels

- Glücksgefühle

- Lebensfilm oder die Begegnung mit verstorbenen Verwandten/Bekanntem

- Enttäuschung über die Rückkehr in den eigenen Körper

- Veränderung des Lebens – keine Angst vor dem Tod

Selbsthilfegruppe München

Da das Bewusstsein für NTE immer stärker wurde, gründete der Münchener Kinderchirurg Dr. Angerpointner im Jahr 2001 eine NTE-Selbsthilfegruppe, die zunächst als Studiengruppe betitelt wurde.

Seit 2012 ist auch Jana A. Hermann Mitglied dieser Gruppe – es vergingen zwei Jahre, bis sie dort tatsächlich über das Erlebte berichten konnte.

Denn nach ihrer NTE sprach sie mit niemandem darüber, nahm keinerlei psychologische Hilfe in Anspruch und verdrängte das Geschehene. Erst als sie 2011 in der Arbeit einen harmlosen Chemieunfall hatte, kamen die alten Erlebnisse wieder hoch und ihr Körper reagierte.

Nach drei Monaten in einer psychosomatischen Klinik konnte sie dann endlich ihren

Verlust verarbeiten und ihre NTE als Lebenserfahrung akzeptieren.

Andere Mentalität in Ingolstadt

2015 beschloss sie dann, auch in Ingolstadt eine Selbsthilfegruppe für NTE zu gründen – mit der Absicht Menschen anders und umfassender über NTE zu informieren als Google es tut. „Denn es ist essenziell darüber zu reden und jemanden zu haben, der einem zuhört und auch Glauben schenkt“, meint Jana A. Hermann.

In Ingolstadt sei allerdings die Mentalität der Menschen ein wenig anders als in München. Eine richtige Gruppenstunde gab es bislang nur ein Mal. Ansonsten bitten Besucher Hermann meist um Einzelgespräche, da sie nicht von anderen erkannt werden wollen und auch nicht vor anderen von ihren Erlebnissen erzählen möchten.

Jeden zweiten Montag im Monat steht Jana A. Hermann Betroffenen im Bürgerhaus „Alte Post“ für private Gespräche (unter Schweigepflicht) zur Verfügung. Mit Voranmeldung ist jeder willkommen, der über seine Erlebnisse sprechen möchte oder sich einfach für das Thema im Allgemeinen interessiert.

Informationen und Anmeldung unter:
Jana A. Hermann
Tel.: 0841/98171575
E-Mail:
Jana.vital_gallery@yahoo.de