

**E**s ist dieses Gefühl von tiefem Frieden, das mein Leben verändert hat – ausgerechnet, als ich bei einem schweren Unfall vor einem Jahr fast verblutet wäre. Ich habe lange geschwiegen. Aus Angst, dass man mich für verrückt erklärt. Doch jetzt möchte ich erzählen. Über das Leben, über den Tod und über das, was dazwischenliegt.

Es war ein sonniger Herbsttag und ich nutzte die warmen Stunden, um mit dem Rad zu meiner Schwester zu fahren. An den Unfall selbst erinnere ich mich nicht, ich weiß von der Polizei, was passiert ist: Eine 18-jährige Autofahrerin nahm mir die Vorfahrt, sie war viel zu schnell unterwegs und ich wurde



Menschen, die fast gestorben wären, berichten oft von einem Tunnel und einem hellen Licht.

# Ich habe dem Tod ins Auge gesehen

meterweit in den Graben geschleudert. Meine Erinnerung setzt ein, als die Retter schon vor Ort waren. Ich sah mich von oben, meinen blutenden, verdrehten Körper, den Arzt und die Sanitäter, in einigem Abstand die verweinte, blasse Autofahrerin. Ich spürte keine Schmerzen, erschrak nicht über meinen Anblick und auch nicht, als der Arzt schrie: „Wir verlieren sie!“ Ich dachte mit einer merkwürdigen Neugier: „Sterbe ich jetzt?“ Es fühlte

**Ich fühlte mich so glücklich und frei**

sich friedlich und glücklich an, ich glaubte, alle Geheimnisse um Leben und Tod gelüftet zu haben. Ich war ein vollkommenes Wesen, das ich mit Worten nicht beschreiben kann, vielleicht am ehesten so: Ich konnte überall gleichzeitig sein und ich war frei. Plötzlich waren da dieser Tunnel und an seinem Ende ein strahlend helles Licht. Dort wollte ich hin...

Dann setzte mir der Arzt einen Defibrillator auf die

Brust, ich sah, wie mein Körper unter dem Stromstoß zuckte. Ich spürte einen heftigen Schmerz, der mich in meinen Körper zurückzusaugen schien. Das Nächste, an das ich mich erinnere, ist das Fiepen der Geräte auf der Intensivstation, auf der ich erwachte.

Zuerst dachte ich, ich hätte im Koma halluziniert. Ich ließ mir den Unfall haarklein schildern. Es stellte sich heraus, dass ich Dinge wusste, die ich nicht wissen konnte, weil ich nicht bei Besinnung war: Die Autofahrerin hatte eine graue Jogginghose getragen, der Notarzt war rothaarig gewesen. „Du wärst echt fast gestorben“, erzählte

meine Schwester weinend. Richtig glauben konnte sie meinen Bericht jedoch nicht. So schwieg ich lieber meiner Familie und meinen Freunden gegenüber.

**Plötzlich kam mir alles oberflächlich vor**

In der Reha-Klinik gab es Zeit zum Nachdenken: Ich hatte einen Blick auf die andere Seite getan, davon war ich überzeugt. Die Angst vor dem Tod, die mich als Jugendliche belastet hatte, verlor sich. Aber nun war nichts mehr wie vorher. Meine Arbeit in einer Par-

fümerie kam mir oberflächlich vor. Meine Freundinnen quatschten nur über Mode und Stars. „Habt ihr auch mal andere Themen?“, fragte ich sie einmal genervt. „Entspann dich, Miss Grübelfix“, zogen sie mich auf. Bei ihnen fand ich kein Verständnis.

So drückte ich meine Gefühle beim Malen aus. Ich belegte einen Kurs, lernte dort nette Menschen kennen. Nach und nach vertraute ich mich meinen neuen Freunden an. Endlich nahm mich jemand ernst! Bald werde ich in einem Reformhaus Bio-Kosmetik verkaufen. Es geht mir besser denn je. Ich habe dem Tod ins Auge gesehen und jetzt freue ich mich über jede Minute meines kostbaren Lebens.

**Lesen Sie im nächsten Heft:** Meine Nachbarin begeht Selbstmord auf Raten

## 3 FRAGEN & Antworten

### Gibt es ein Leben nach dem Tod?

Alle Weltreligionen basieren auf dem Glauben, dass die Seele unsterblich ist. Fachleute wie Elisabeth Kübler-Ross und Raymond Moody erforschten den Grenzbereich zwischen Leben und Tod. Sie sammelten Berichte von Menschen, die den Nahtod erlebten (meist während eines Herzstillstands). Aktueller Buchtipp: „Blicke hinter den Horizont“ von Jörgen Bruhn, Alsterverlag Hamburg, 19,90 Euro.

### Was versteht man unter »Nahtod«?

Unabhängig von Religion und Wissen um Todeserfahrungen berichten Betroffene Ähnliches: Die meisten erlebten sich schwebend über ihrem Körper, hörten Anwesende sprechen. Auch von einem Tunnel und einem strahlend hellen Licht erzählen viele. Ebenso von einer Rückschau aufs eigene Leben sowie von einem Gefühl großen Friedens und Glücks.

### Verändert diese Erfahrung das weitere Leben?

Oft verlieren Betroffene die Angst vor dem Tod, weil sie ihr „Beinahe-Sterben“ als schön und erleichternd empfanden. Viele führen in der Konsequenz ihr Leben bewusster und intensiver.

### auf einen Blick

- Den Nahtod erleben fünf Prozent aller Menschen.
- Ein solches Erlebnis kann bis zu einer halben Stunde dauern.
- [www.lands-germany.de](http://www.lands-germany.de)

### SOS Schicksale aus meiner Praxis

Gespräche im Vertrauen! 12 persönliche Bekenntnisse, die unter die Haut gehen.

**JETZT AM KIOSK!**

