

**Die Erfahrung von Tod und Sterben:**  
**Psychologische, philosophische, und spirituelle Aspekte**

Stanislav Grof, M.D.

**Zusammenfassung:**

Während in den vorindustriellen Gesellschaften der Tod eine wesentliche Rolle spielte und die Menschen sich systematisch auf das Sterben vorbereiteten, wird das Thema in der westlichen industriellen Zivilisation verdrängt. Die westliche Wissenschaft hält an ihrem von Newton und Descartes geprägten Weltbild fest und pathologisiert alle Erfahrungen, die ein rein materialistisches Verständnis übersteigen. Die moderne Bewußtseinsforschung legt jedoch viele Beobachtungen und Untersuchungen vor, die das traditionelle Verständnis vom Wesen des Bewußtseins und seiner Beziehung zur Materie in Frage stellen. Phänomene wie Nahtodeserfahrungen, Out-of-body-Erlebnisse, Erinnerungen an frühere Leben, und Erscheinungen von Toten zeigen, daß das menschliche Bewußtsein nicht an Körper und Gehirn gebunden ist. Die Erkenntnisse, die über diese transpersonalen Erfahrungen gewonnen werden konnten, haben weitreichende individuelle und soziale Auswirkungen für den Menschen.

**Die Verdrängung von Tod und Sterben in den modernen Industriegesellschaften, ihre Ursachen und ihre Folgen.**

Man kann sich kaum ein Thema vorstellen, das von universeller und persönlicherer Bedeutung für den einzelnen Menschen wäre als das Thema Tod und Sterben. Wir alle verlieren im Laufe unseres Lebens Bekannte, Verwandte, Freunde und Freundinnen und stehen schließlich auch dem eigenen biologischen Tod gegenüber. Angesichts dieser Tatsache ist es schon erstaunlich, daß sich die westliche industrielle Zivilisation bis in die späten sechziger Jahre unseres Jahrhunderts für das Thema Tod und Sterben praktisch nicht interessiert hat. Dies galt nicht nur für die Bevölkerung allgemein, sondern schloß auch Wissenschaftler und Fachleute gerade derjenigen Fachrichtungen ein, die eigentlich ein Interesse an diesem Thema haben müßten -- Mediziner, Psychiater, Psychologen, Anthropologen, und Theologen. Die einzige plausible

Erklärung hierfür ist die massive Verleugnung des Todes und damit die psychische Verdrängung dieses gesamten Bereichs.

Dieses Desinteresse ist um so auffälliger, wenn wir damit die Einstellung zu Tod und Sterben in den alten vorindustriellen Kulturen vergleichen. In deren Kosmologien, Philosophien, und in ihrem spirituellen und rituellen Leben spielte der Tod eine äußerst wesentliche und zentrale Rolle, ebenso im Alltag. Die konkrete Bedeutung dieses Unterschieds wird deutlich, wenn wir gegenüberstellen, wie verschieden die Situation eines Menschen, der dem Tod gegenübersteht, in diesen zwei historischen und kulturellen Umfeldern ist.

Ein Mensch, der in einer der westlichen Industrie-gesellschaften stirbt, hat typischerweise eine pragmatische und materialistische Weltanschauung oder ist ihr zumindest ausgesetzt und damit von ihr beeinflusst. Der Hauptrichtung der westlichen Wissenschaft nach ist die Geschichte des Universums die Geschichte der sich entwickelnden Materie. Leben, Bewußtsein, und Intelligenz sind mehr oder weniger zufällige und unbedeutende Nebenprodukte dieser Entwicklung. Sie sind nach einer Jahrbillione dauernden Evolution der passiven und trägen Materie in einem winzigen Teil eines unermesslichen Universums plötzlich auf der Bildfläche erschienen. In einer Welt, die nur das Materielle, Greifbare, und Messbare als wirklich begreift, ist kein Platz für Spiritualität, welcher Art auch immer.

Obwohl Religiöses generell erlaubt ist oder sogar von gewissen Kreisen gefordert wird, gilt es von einem rein wissenschaftlichen Standpunkt aus als irrational, sich auf Spiritualität einzulassen. Man sieht darin ein Zeichen emotionaler und intellektueller Unreife, einen Mangel an Bildung, primitiven Aberglauben, und Regression in magisches und infantiles Denken. Unmittelbare Erfahrungen spiritueller Wirklichkeiten gelten als Manifestation von Geisteskrankheit. Die Religion, der jegliche Erfahrungskomponente fehlt, hat die Verbindung zu ihrer tiefen spirituellen Quelle weitgehend verloren und ist dadurch leer und bedeutungslos geworden und für unser Leben immer weniger relevant. In dieser Form kann sie nicht mit der Überzeugungskraft einer materialistischen Wissenschaft, die von ihren technologischen Triumphen gestärkt wird, konkurrieren.

Damit hat Religion aufgehört, eine wichtige Kraft in unserem Leben zu sein, und sie ist es auch nicht mehr in der Stunde des Todes und des Sterbens. Ihre Aussagen über das Leben nach dem Tode, über posthume Seelenabenteuer und über Bereiche des Jenseits wie Himmel und Hölle werden ins Märchenreich und in die Handbücher der Psychiatrie verbannt. Die gesamte spirituelle Geschichte der Menschheit wird pathologisiert. Am Ursprung aller großen Weltreligionen stehen die transpersonalen Erfahrungen ihrer Gründer, ihrer Propheten, und Heiligen. Da ist zum Beispiel Buddhas Begegnung mit Kama Mara und seiner Armee oder sein Durchleben verschiedener Episoden aus vergangenen Inkarnationen, das von einem "Zerreißen der kamischen Fesseln" begleitet war. Da ist im Alten Testament die Beschreibung von Moses Gottesvision im brennenden Dornbusch und das Neue Testament berichtet über Jesu Versuchung durch den Teufel in der Wüste. Islamische Schriften beschreiben, wie Mohammed in Begleitung des Erzengels Gabriel durch die sieben Himmel, das Paradies, und die Hölle reiste. Alle diese Erfahrungen sind der traditionellen Psychiatrie nach Anzeichen von schwerer Psychopathologie, endogener Psychosen.

In der psychiatrischen Literatur wimmelt es von Artikeln und Büchern, in denen die passendsten klinischen Diagnosen für verschiedene berühmte spirituelle Persönlichkeiten besprochen werden. Einige davon haben das Format eines Buddha, Jesus, Mohammed, Ramakrishna, Meister Eckhart, oder des heiligen Antonius. Gewöhnlich werden visionäre Erfahrungen der transpersonalen Bereiche der Schizophrenie oder, wie in Mohammeds Fall, der Epilepsie zugeordnet. Johannes vom Kreuz wurde mit dem Etikett "erblich degeneriert" versehen und Teresa von Avila als eine "hysterische Psychotikerin" bezeichnet. Und die Anthropologen streiten sich darüber, ob es sich bei Schamanen um Psychotiker, ambulante Psychotiker, Hysteriker, oder Epileptiker handelt. Es gibt sogar einen Aufsatz, der psychopathologische Kriterien auf die Meditation anwendet. Sein Titel ist "Buddhist Training as Artificial Catatonia"; verfaßt wurde er von dem Psychoanalytiker und Gründer der psychosomatischen Medizin Franz Alexander (1931).

Der westlichen Neurologie ist das Bewußtsein eine Begleiterscheinung der Materie, ein Produkt der physiologischen Prozesse im Gehirn und daher ganz entscheidend auf den Körper angewiesen. Der Tod des Körpers, besonders der

Tod des Gehirns, wird als das absolute Ende jeglicher Form von bewußter Aktivität angesehen. Ein Glaube an eine posthume Seelenreise, an ein Leben nach dem Tode, oder an Reinkarnation wird gewöhnlich lächerlich gemacht. Er gilt als Produkt eines Wunschdenkens von Leuten, die unfähig sind, die offensichtliche biologische Gegebenheit des Todes, dessen Absolutheit wissenschaftlich bewiesen wurde und über alle Zweifel erhaben ist, zu akzeptieren. Sehr wenige, auch unter den Wissenschaftlern, sind sich jedoch darüber im Klaren, daß wir weder einen Beweis dafür besitzen, daß das Bewußtsein wirklich vom Gehirn produziert wird, noch die leiseste Ahnung haben, wie so etwas geschehen könnte. Trotzdem bleibt diese Grundthese ein der führenden Mythen der westlichen materialistischen Wissenschaft und hat einen enormen Einfluß auf unsere ganze Gesellschaft.

Diese Haltung hat das wissenschaftliche Interesse an den Erfahrungen von Sterbenden und an den Nahtodeserfahrungen bis in die 70er Jahre wesentlich gehemmt. Die wenigen Berichte, die es zu diesem Thema gab, erhielten nur wenig Aufmerksamkeit, egal ob es sich dabei um Bücher für die breite Öffentlichkeit handelte wie **The Vestibule** von Jess E. Weisse (1972) und **Glimpses of the Beyond** von Jean-Baptiste Delacour (1974) oder um wissenschaftliche Untersuchungen wie die Studie von Karlis Osis über die Beobachtungen, die Ärzte und Krankenschwestern am Sterbebett gemacht hatten (Osis 1961). Seit Raymond Moody 1975 seinen internationalen Bestseller **Life after Life** veröffentlichte, haben Elizabeth Kübler-Ross, Kenneth Ring, Michael Sabom und andere Vorreiter der Thanatologie beeindruckende Zeugnisse über die erstaunlichen Merkmale von Nahtodeserfahrungen gesammelt. Sie reichen von den genauen außersensorischen Wahrnehmungen, die sich während Out-of-body-Erlebnissen ereigneten, bis hin zu den tiefen Persönlichkeitswandlungen, die diesen folgten.

Das Material aus diesen Studien ist überall veröffentlicht und von den Medien vermarktet worden, von Fernsehshows bis hin zu Hollywood-Filmen. Diese Beobachtungen haben das Potential, Paradigmata zu erschüttern und unser Verständnis vom Wesen des Bewußtseins und von seiner Beziehung zum Gehirn zu revolutionieren. Trotzdem werden sie immer noch von den meisten Fachleuten als irrelevante Halluzinationen abgetan, die einer biologischen Krise entspringen. Für die Krankengeschichte der Patienten und Patientinnen werden

sie nicht als wichtig erachtet, und so werden sie weder routinemäßig aufgezeichnet und untersucht, noch gibt es in den meisten medizinischen Einrichtungen eine spezifisch psychologische Unterstützung, die helfen würde, diese herausfordernden Ereignisse zu integrieren.

Den Menschen, die in westlichen Gesellschaften sterben, fehlt es oft an humaner Unterstützung, die ihren Übergang erleichtern würde. Wir versuchen, uns vor dem Schmerz zu schützen, der den Tod begleitet. Die industrielle Welt neigt dazu, kranke und sterbende Menschen in Krankenhäuser und Pflegeheime abzuschieben. Der Akzent liegt auf den Lebenserhaltungssystemen und, oft weit über vernünftige Grenzen hinaus, auf der künstlichen Lebensverlängerung, anstatt auf der Qualität des menschlichen Umfelds. Das Familiensystem hat sich aufgelöst, und Kinder leben oft weit von ihren Eltern und Großeltern entfernt. In Zeiten der gesundheitlichen Krise ist der Kontakt oft förmlich und minimal. Die Fachleute auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit haben zwar Formen von psychologischer Unterstützung und Beratung für alle möglichen emotionalen Krisen entwickelt, den Sterbenden schenken sie jedoch so gut wie keine Beachtung. Diejenigen, die der tiefsten aller menschlichen Krisen ausgesetzt sind, einer Krise, die gleichzeitig die biologischen, emotionalen, interpersonalen, sozialen, philosophischen, und spirituellen Aspekte des Individuums betreffen, bleiben die einzigen, für die es keine wesentliche Hilfe gibt.

All dies geschieht in dem Kontext einer kollektiven Leugnung der Unbeständigkeit und der Sterblichkeit, von der die westliche industrielle Zivilisation gekennzeichnet ist. Unsere Begegnung mit dem Tod geschieht keimfrei; ein Team von Fachleuten federt ihre unmittelbare Auswirkung ab. In seiner extremsten Ausprägung (Forest Lawn in Los Angeles zum Beispiel) sieht dies in den USA so aus, daß postmortem Friseure, Schneider, Make-up-Experten, und Schönheitschirurgen alle möglichen kosmetischen Veränderungen an der Leiche vornehmen, bevor sie Freunden und Verwandten gezeigt wird. Die Medien tragen dazu bei, noch mehr Distanz zum Tod zu schaffen: Sie verdünnen ihn zu leeren Statistiken und berichten kühl über Tausende von Opfern, die in Kriegen, Revolutionen, und Naturkatastrophen starben. Filme und Fernsehshows trivialisieren den Tod noch weiter und bringen die Gewalt groß heraus. Indem sie die modernen Zuschauer unzähligen Szenen des Sterbens,

Tötens, und Mordens aussetzen, die als Unterhaltung verpackt sind, immunisieren sie sie gegen emotionale Betroffenheit.

### **Tod und Sterben in vorindustriellen Kulturen.**

Generell kann man sagen, daß die Lebensbedingungen in den technologisierten Ländern so beschaffen sind, daß Menschen, die den Tod vor Augen haben, keine große ideologische oder psychologische Unterstützung bekommen. Dies steht in scharfem Kontrast zu der Situation von Sterbenden einer der alten oder vorindustriellen Gesellschaften. Die Kosmologien, Philosophien, Mythologien, ebenso wie das spirituelle und rituelle Leben dieser Gesellschaften enthalten die klare Botschaft, daß der Tod nicht das absolute und unwiderrufliche Ende von allem ist, sondern daß das Leben oder das Sein irgendwie nach dem biologischen Tod weitergeht. Eschatologische Mythologien stimmen allgemein darin überein, daß die Seelen der Verstorbenen eine komplexe Reihe von Bewußtseinsabenteuern bestehen müssen. Diese posthume Seelenreise wird manchmal als eine Reise durch phantastische Landschaften beschrieben, die eine gewisse Ähnlichkeit mit denen auf der Erde haben, manchmal als eine Reihe von Begegnungen mit verschiedenen archetypischen Wesen, oder aber auch als die Abfolge einer Reihe außergewöhnlicher Bewußtseinszustände. In einigen Kulturen erreicht die Seele ein Reich im Jenseits, das nur vorläufig ist wie das christliche Fegefeuer oder die Lokas des Tibetischen Buddhismus, in anderen erreicht sie eine ewige Wohnstätte - den Himmel, das Paradies, das Sonnenreich, oder unter gewissen Umständen auch die Hölle.

Viele Kulturen haben unabhängig voneinander ein Glaubenssystem an eine Reinkarnation entwickelt, das davon ausgeht, daß das Bewußtsein des einzelnen zu einem anderen physischen Leben auf der Erde zurückkehrt. Die Idee von Karma und Reinkarnation bildet den Grundstein des Hinduismus, Jainismus, Buddhismus, Sikhismus, Zoroastrianismus, des tibetischen Vajrayana Buddhismus, und des Taoismus. Ein ähnliches Denken kann man bei verschiedenen afrikanischen Stämmen, bei den nordamerikanischen und südamerikanischen Indianern und in präkolumbianischen Kulturen, den polynesischen Kahunas, den Anhängern der brasilianischen Umbanda, den

Galliern, und den Druiden, also bei geographisch, historisch, und kulturell sehr unterschiedlichen Gruppen, wiederfinden. Im alten Griechenland gab es verschiedene Denkschulen, die diese Idee vertraten. Unter ihnen waren die Pythagoräer, die Orphiker, und die Platoniker. Auch die Essener, die Pharisäer, die Karaiten, und andere jüdische und halb-jüdische Gruppen übernahmen diese Lehre. Sie machte einen wichtigen Teil der kabbalistischen Theologie des mittelalterlichen Judentums aus. Außerdem galt sie bei den Neuplatonikern und den Gnostikern.

Vorindustrielle Gesellschaften scheinen sich also darin einig gewesen zu sein, daß der Tod nicht die letzte Niederlage und das Ende aller Dinge ist, sondern ein wichtiger Übergang. Die Erfahrungen, die mit dem Tod verbunden waren, wurden als Zugang zu Wirklichkeitsdimensionen verstanden, die es unbedingt zu erfahren, studieren und sorgfältig zu kartographieren galt. Die Sterbenden waren vertraut mit den eschatologischen Kartographien ihrer Kulturen, ob es sich nun um schamanische Karten einer Begräbnislandschaft handelte oder um die komplexen Beschreibungen östlicher spiritueller Systeme wie die, die man im tibetischen Bardo Thödol findet. Dieser bedeutende Text des tibetischen Buddhismus bildet einen interessanten Gegenpol zur rein pragmatischen Betonung des produktiven Lebens und der Leugnung des Todes, die die westliche Zivilisation charakterisiert. Er beschreibt den Tod als einzigartige Möglichkeit, sich aus den Zyklen von Tod und Wiedergeburt spirituell zu befreien. Gemäß dem Bardo Thödol ist die Zeit des Todes eine höchst entscheidende Zeit auch wenn wir die Befreiung nicht erlangen, weil es die Beschaffenheit unserer ganzen nächsten Inkarnation bestimmt. In diesem Zusammenhang kann man den Zwischenzustand zwischen den Leben (Bardo) für wichtiger halten als die inkarnierte Existenz selbst. Es ist dann unbedingt notwendig, sich in diesem Leben durch systematisches Üben auf jene Zeit vorzubereiten.

Ein weiteres Charakteristikum der alten Kulturen, das besonders die Sterbeerfahrung prägt, ist die Akzeptanz des Todes als integraler Bestandteil des Lebens. Menschen aus diesen Kulturen sind ihr Leben lang gewöhnt, Sterbende um sich zu haben, Leichen zu berühren, Leichenverbrennungen zu beobachten und mit den sterblichen Überresten zusammen- zuleben. Für einen westlichen Menschen kann es eine erschütternde Erfahrung sein, einen Ort wie Benares zu

besuchen, wo man diese Haltung in einer Extremform vorfindet. Hinzu kommt, daß Sterbende in vorindustriellen Kulturen gewöhnlich im Kontext der Großfamilie, des Clans oder des Stammes sterben. Auf diese Weise können sie wichtige emotionale Unterstützung von Menschen erhalten, die ihnen sehr vertraut sind. Nicht zu vergessen sind auch die kraftvollen Sterberituale als Unterstützung für Menschen, die vor dem letzten Übergang stehen, oder die den Sterbenden spezifische Anleitungen geben, wie es die Beschreibungen des Bardo Thödol tun.

### **Die Vorbereitung auf das Sterben.**

Einen sehr wichtigen Einfluß auf die Einstellung zu Tod und Sterben üben verschiedene Formen des erfahrungsorientierten Sterbetrainings, die außergewöhnliche Bewußtseinszustände einbeziehen. Zu den ältesten von ihnen gehört die Praxis des Schamanentums, das die älteste Religion und Heilkunst der Menschheit ist und dessen Wurzeln bis weit in das paleolithische Zeitalter zurückreichen. Unter den schönen Bildern von Urtieren, die an die Wände der großen Höhlen in Südfrankreich und Nordspanien gemalt und geritzt sind, Höhlen wie Lascaux, Font de Gaume, Les Trois Frères, Altamira usw., finden sich auch Figuren die Menschen- und Tierelemente kombinieren und die zweifellos alten Schamane darstellen. In einigen Höhlen fanden die Entdecker auch kreisförmig angeordnete Fußspuren, die vermuten ließen, daß die Höhlenbewohner ähnliche Tänze tanzten, wie sie auch heute noch bei einigen Kulturen der Eingeborenen üblich sind, Tänze, durch die außergewöhnliche Bewußtseinszustände hervorgerufen werden. Schamanismus ist nicht nur uralt, sondern auch überall verbreitet. Er findet sich in Nord- und Südamerika, in Europa, Afrika, Asien, Australien, und Polynesien.

Schamanismus steht mit außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen in engem Zusammenhang, besonders mit Erfahrungen von Tod und Sterben. Die Laufbahn vieler Schamanen beginnt mit der "schamanischen Krankheit", einer spontanen Initiationskrise, die zu tiefer Heilung und psychospiritueller Transformation führt. Es ist eine visionäre Reise, die in die Unterwelt führt und durch schmerzvolle, furchterregende Torturen zum Erleben des psychischen Todes und einer Wiedergeburt. Diesen Erfahrungen von extremer Qual und Vernichtung folgt dann ein Aufstieg in ein übernatürliches Reich. Bei dieser

Erfahrung verbindet sich der Schamanen-Novize oder die Novizin mit den Kräften der Natur und mit dem Tierreich und lernt, Diagnosen zu stellen und Krankheiten zu heilen. Die Kenntnisse des Totenreiches, die während dieser Transformation erworben werden, ermöglichen es dem Schamanen oder der Schamanin, sich frei zwischen dieser Welt und dem Jenseits zu bewegen und diese Reisen auch anderen Menschen zu vermitteln.

Die Anthropologen haben auch Übergangsriten beschrieben, hochentwickelte Rituale, die man in verschiedenen Kulturen der Eingeborenen zu Zeiten wichtiger biologischer und sozialer Übergänge zelebriert -- bei Geburt, Beschneidung, Pubertät, Heirat, Menopause, Sterben, usw. Die Eingeborenen verwenden kraftvolle, das Bewußtsein verändernde Techniken, und die Erfahrungen, die durch diese hervorgerufen werden, kreisen alle um die Trias Geburt - Sex - Tod. Ihr Symbolgehalt umfaßt verschiedene Kombinationen perinataler und transpersonaler Elemente. Die klinische Arbeit mit verschiedenen psychedelischen Drogen und mit anderen erfahrungsorientierten Ansätzen, die ohne Drogen arbeiten (wie das Holotrope Atmen), hat uns geholfen, diese Ereignisse zu verstehen und ihre Bedeutung für den einzelnen Menschen und menschliche Gruppen wahrzunehmen.

Eng verbunden mit den Übergangsriten waren die antiken Mysterienkulte von Tod und Wiedergeburt -- komplexe heilige Handlungen, bei denen auch sehr wirksame bewußtseinsverändernde Techniken hinzugezogen wurden. Sie waren vor allem im Mittelmeerraum verbreitet, wie man an den babylonischen Zeremonien von Inanna und Tammuz sehen kann, an den ägyptischen Mysterien von Isis und Osiris, am orphischen Kult, den Bacchanalien, den eleusinischen Mysterien, den Korybantenriten, und den Mysterien von Attis und Adonis. Diese Mysterienkulte basierten auf Mythen über Gottheiten, die Tod und Wiedergeburt symbolisierten. Die berühmtesten von ihnen waren die eleusinischen Mysterien, die alle fünf Jahre ohne Unterbrechung über einen Zeitraum von fast zweitausend Jahren in der Nähe von Athen vollzogen wurden. Gemäß einer Studie die von Wasson, Hofmann, und Ruck durchgeführt und in ihrem Buch **The Road to Eleusis** (1978) beschrieben wurde, enthielt der bei diesen Mysterien verwendete Ritualtrank ("Kykeon") ein Mutterkornpräparat, das dem LSD sehr verwandt ist.

Die heilige Literatur der verschiedenen mystischen Traditionen, die zu den großen spirituellen Philosophien des Ostens gehören, ist für transpersonal ausgerichtete Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler besonders interessant. Hierzu zählen die verschiedenen Systeme des Yoga, die Theorie und Praxis des Buddhismus, des Taoismus, des tibetischen Vajrayana, des Sufismus, der christlichen Mystik, der Kabbalah, und noch viele andere. Diese Systeme entwickelten wirkungsvolle Gebetsformen, Meditationen, Bewegungsmeditationen, Atemübungen, und andere kraftvolle Techniken, um außergewöhnliche Bewußtseinszustände hervorzurufen, die tiefe spirituelle Komponenten enthalten. Ähnlich wie die Erfahrungen der Schamanen, der Eingeweihten bei den Übergangsriten, und der Neophythen bei den antiken Mysterienkulten boten diese Methoden die Möglichkeit, sich mit der eigenen Unbeständigkeit und Sterblichkeit zu konfrontieren und dabei die Angst vor dem Tod zu überwinden und das eigene Sein in dieser Welt radikal zu transformieren.

Die Beschreibung der Mittel, die Sterbenden in den vorindustriellen Kulturen zugänglich waren, wäre unvollständig, wenn man Totenbücher wie das tibetische Bardo Thödol, das ägyptische Pert em hru, den aztekischen Codex Borgia oder die europäische Ars moriendi unerwähnt lassen würde. Am Anfang, als die alten Totenbücher zum ersten Mal die Beachtung westlicher Wissenschaftler fanden, galten sie als erfundene Beschreibungen einer posthumen Seelenreise und als Wunschkonstruktionen von Leuten, die unfähig waren, der unerbittlichen Realität des Todes ins Auge zu sehen. Sie wurden mit Märchen in die gleiche Schublade gesteckt - als ausgedachte Schöpfungen menschlicher Phantasie, denen eine gewisse künstlerische Schönheit zwar nicht abzusprechen war, die jedoch keinerlei Bedeutung für die Realität des Alltags hatten.

Eine tiefere Betrachtung dieser Texte zeigte jedoch, daß sie als Führer im Kontext der heiligen Mysterien und der spirituellen Übung benutzt wurden und sehr wahrscheinlich die Erfahrungen der Eingeweihten und Übenden wiedergaben. Aus dieser neuen Perspektive schien es einfach ein cleverer Schachzug der Priester gewesen zu sein, die Totenbücher als Handbücher für die Sterbenden auszugeben, um ihre wirkliche Funktion geheimzuhalten und ihre tiefere esoterische Bedeutung und Botschaft vor Nichteingeweihten zu schützen.

Jedoch welche Methode man in diesen alten spirituellen Systemen benutzte, um diese Zustände hervorzurufen, blieb für eine lange Zeit ein Geheimnis.

Die moderne Forschung, die sich mit außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen beschäftigt, machte unerwartete neue Einblicke in diesen Problembereich möglich. Die systematische Untersuchung der Erfahrungen bei psychedelischen Sitzungen, intensiven drogenfreien Psychotherapieformen und spontan auftretenden psychospirituellen Krisen zeigte, daß in all diesen Situationen Menschen auf ein ganzes Spektrum von außergewöhnlichen Erfahrungen treffen können, die auch Sequenzen von Schmerz, Sterben, Höllendurchquerung, göttlichem Gericht, Wiedergeburt, Himmelfahrten, und Konfrontation mit Erinnerungen an vergangene Leben enthalten. Diese Zustände ähnelten ganz auffällig denen, die in den eschatologischen Texten der alten vorindustriellen Kulturen beschrieben werden.

Ein weiteres fehlendes Puzzlestück fand man in der Sterbeforschung. Thanatologische Studien über Nahtodes-zustände von Raymond Moody, Kenneth Ring, Michael Sabom, Bruce Greyson, Charles Flynn, und andere zeigten, daß die Erfahrungen, die in lebensbedrohlichen Situationen gemacht werden, sowohl große Ähnlichkeit mit den Beschreibungen der alten Totenbücher haben als auch mit dem, was aus psychedelischen Sitzungen und der modernen erfahrungs-orientierten Psychotherapie berichtet wird.

Somit ist klar, daß die alten eschatologischen Texte in Wirklichkeit Landkarten der Innenbereiche der Psyche sind, die in tiefen außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen erfahren wurden und zu denen auch die Bereiche gehören, die mit dem biologischen Sterben verbunden sind. Die Erfahrungen, um die es geht, scheinen Rasse und Kultur zu transzendieren und haben ihren Ursprung im kollektiven Unbewußten, wie C. G. Jung es beschreibt. Es ist möglich, unser ganzes Leben dahinzuleben, ohne jemals diese Bereiche zu erfahren oder uns ihrer Existenz überhaupt bewußt zu werden, bis wir schließlich zum Zeitpunkt des biologischen Todes in einen dieser Bereiche hineinkatapultiert werden. Einigen Menschen sind diese Erfahrungsbereiche jedoch schon zu Lebzeiten in verschiedenen Situationen zugänglich -- während psychedelischer Sitzungen oder anderer Formen intensiver Selbsterfahrung, bei ernsthafter spiritueller Praxis, bei der Teilnahme an Schamanenritualen, oder

während spontaner psychospirituellen Krisen. Sie können auf diese Weise eigene Erfahrungen in diesen Bereichen machen, so daß ihre Begegnung mit dem biologischen Tod nicht vollkommen überraschend kommt.

Der österreichische Mönch des 17. Jahrhunderts Abraham a Sancta Clara drückte kurz und bündig aus, wie wichtig es ist, sterben zu üben: "Der Mensch, der stirbt, bevor er stirbt, stirbt nicht, wenn er stirbt." Dieses "stirb bevor du stirbst" hat zwei wichtige Konsequenzen: zum einen befreit es den Menschen von der Angst vor dem Tod und wandelt seine Einstellung ihm gegenüber, zum anderen beeinflußt es die Art und Weise, wie das Sterben zum Zeitpunkt des biologischen Todes tatsächlich wahrgenommen wird. Außerdem verändert die Beseitigung der Angst vor dem Tod auch das Sein des Menschen in der Welt. Aus diesem Grund gibt es keinen grundlegenden Unterschied zwischen der Vorbereitung auf den Tod und der Übung des Sterbens einerseits und der spirituellen Übung, die zur Erleuchtung führt, andererseits. Aus diesem Grund konnten die alten Totenbücher für beides benutzt werden.

### **Außergewöhnliche Bewußtseinszustände.**

Wie wir gesehen haben, waren die Lebensbedingungen in den vorindustriellen Kulturen im Vergleich zur westlichen technologischen Zivilisation so, daß die psychologische Situation von Sterbenden bedeutend einfacher war. Natürlich stellt sich hier sofort die Frage, ob dieser Vorteil nicht eben weitgehend ein Mangel an verlässlicher Information über das Wesen der Realität und damit Wunschdenken und Selbstbetrug war. Wenn das der Fall wäre, wären unsere Schwierigkeiten, dem Tod ins Auge zu sehen, zum großen Teil eben der Preis für ein tieferes Wissen um das Universum, und vielleicht ziehen wir dann vor, die Wahrheit zu wissen und die Konsequenzen zu tragen. Es gibt jedoch genug Anhaltspunkte, die ganz klar zeigen, daß dies nicht der Fall ist.

Der wichtigste Faktor für den grundlegenden Unterschied zwischen dem Weltbild der westlichen industriellen Kulturen und dem aller anderen Zivilisationen der menschlichen Geschichte ist nicht die Überlegenheit der materialistischen Wissenschaft über den primitiven Aberglauben, sondern unsere völlige Ignoranz in Bezug auf außergewöhnliche Bewußtseins-zustände. Die systematische Unterdrückung oder Misinterpretation des Materials, das von

der Bewußtseinsforschung erarbeitet wurde, ist die einzige Weise, wie das Newtonsche- Descartessche Weltbild der westlichen Wissenschaft aufrechterhalten werden kann. Dabei spielt es keine Rolle, ob dieses Material der Geschichte entstammt, der Anthropologie, den vergleichenden Religionswissenschaften, oder verschiedenen anderen Bereichen der modernen Forschung, wie zum Beispiel der Parapsychologie, der Sterbeforschung, der psychedelischen Therapie, dem Biofeedback, dem Sinnesreizentzug (sensory deprivation), den erfahrungsorientierten Psychotherapien, oder der Arbeit mit Menschen in psychospirituellen Krisen.

Das systematische Üben verschiedener Formen außer-gewöhnlicher Bewußtseinszustände, das das rituelle und spirituelle Leben der antiken und der Eingeborenenkulturen kennzeichnet, führt unweigerlich zu einem tieferen Verständnis des Wesens der Wirklichkeit und der Beziehung zwischen Bewußtsein und Materie, das sich fundamental von dem Glaubenssystem der technisierten Gesellschaften unterscheidet. Allerdings habe ich noch keinen einzigen westlichen Wissenschaftler getroffen, der sein altes Weltbild aufrechterhielt, nachdem er intensiv mit außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen gearbeitet hat. Die tiefen Wandlungen der Weltanschauung sind ganz unabhängig von allgemeiner Intelligenz, der Stufe der Ausbildung, und dem Fachgebiet.

Die alten, vorindustriellen Kulturen hatten große Achtung vor außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen. Sie praktizierten sie regelmäßig in gesellschaftlich sanktioniertem Kontext und setzten sehr viel Zeit und Energie ein, um sichere und effektive Techniken zu entwickeln, mit denen sie hervorgerufen werden. Diese Erfahrungen waren das Hauptmedium in ihrem rituellen und spirituellen Leben und ermöglichten die direkte Kommunikation mit den archetypischen Bereichen von Gottheiten und Dämonen, Naturkräften, Tierreich, und Kosmos. Außergewöhnliche Bewußtseinszustände wurden außerdem bei der Diagnose und Heilung von Krankheiten, bei der Förderung von Intuition und von außersinnlichen Wahrnehmungen, und zur Erweckung künstlerischer Inspiration eingesetzt, ebenso für alle möglichen praktischen Zwecke wie das Aufspüren von Beutetieren oder das Wiederfinden von verlorenen Gegenständen oder vermißten Menschen.

## **Erfahrungen und Beobachtungen, die das traditionelle Verständnis vom Wesen des Bewußtseins und von seiner Beziehung zur Materie in Frage stellen.**

Die meisten dieser Beobachtungen und Erfahrungen stammen aus der Arbeit mit außergewöhnlichen Bewußtseins-zuständen, die eine ungeheure Menge an Material hervor-gebracht hat. Sie deuten auf eine dringend notwendige radikale Revision unserer heute gängigen Vorstellung vom Wesen des Bewußtseins und seiner Beziehung zur Materie und zum Gehirn hin. Das materialistische Paradigma der westlichen Wissenschaft ist ein Haupthindernis für jegliche objektive Bewertung der Beschreibungen dessen, was sich zum Zeitpunkt des Todes ereignet. Deswegen ist die Erforschung des ganzen Spektrums transpersonaler Erfahrungen indirekt auch für die Sterbe-forschung relevant.

Bei transpersonalen Erfahrungen ist es möglich, die normalen Begrenzungen des Körpers-Ichs, des dreidimen-sionalen Raumes, und der linearen Zeit zu transzendieren. Das Verschwinden von räumlichen Grenzen kann zu authentischer und überzeugender Identifikation mit anderen Menschen, verschiedenen Tierarten, der Pflanzenwelt, und sogar anorganischen Substanzen und Prozessen führen. Wir können auch die zeitlichen Grenzen transzendieren und Episoden aus dem Leben unserer menschlichen und tierischen Vorfahren erleben oder auch kollektive, rassische und karmische Erinnerungen haben.

Darüber hinaus können uns transpersonale Erfahrungen in die archetypischen Bereiche des kollektiven Unbewußten führen, uns die Begegnung mit seligen und zornigen Gottheiten verschiedener Kulturen vermitteln, und uns Reisen in mythologische Reiche ermöglichen. Bei all diesen Arten von Erfahrungen ist es möglich, Zugang zu völlig neuen Informationen zu erhalten, die bei Weitem alles übertreffen, was wir früher auf konventionelle Weise erfuhren. Für die Frage des Überlebens ist die Erforschung eines Bewußtseins, das über den Körper hinaus reicht - bei William Roll ist es das "Theta-Bewußtsein" oder bei den Irokesen der "Langkörper" ungeheuer wichtig, da es genau dieser Teil der menschlichen Persönlichkeit ist, der den Tod sehr wahrscheinlich überleben würde.

Der materialistischen Wissenschaft zufolge braucht jegliche Art von Gedächtnis eine materielle Basis wie das Neuronennetz im Gehirn oder die DNS Moleküle der Gene. Es ist jedoch unmöglich sich irgendein materielles Medium für das Wissen vorstellen, das durch die verschiedenen oben beschriebenen transpersonalen Erfahrungen vermittelt wird. Es ist klar, daß dieses Wissen nicht mit unseren konventionellen Mitteln erworben wurde, also nicht durch Sinneswahrnehmung. Es scheint unabhängig von der Materie zu existieren und in einigen Bereichen des Bewußtseins selbst enthalten zu sein oder in anderen Bereichen, die mit unseren wissenschaftlichen Instrumenten noch nicht aufgespürt werden können. Die Beobachtungen aus den Studien über transpersonale Erfahrungen werden von Ergebnissen aus anderen Forschungsgebieten gestützt. Wissenschaftler wie Heinz von Foerster (1965), Rupert Sheldrake (1981), und Ervin Laszlo (1994), erforschen ernsthaft, ob es ein "Gedächtnis ohne eine materielle Basis", "morphogenetische Felder", und die Aufzeichnung der Geschichte des Universums im subquantum "Psi-Feld" geben kann.

Die traditionelle akademische Wissenschaft betrachtet den Menschen als hochentwickeltes Tier und als biologische Denkmaschine. Wenn man uns in unserem alltäglichen Bewußtseinszustand sieht, scheinen wir newtonsche Objekte zu sein, die aus Atomen, Molekülen, Zellen, Geweben, und Organen bestehen. Transpersonale Erfahrungen zeigen jedoch deutlich, daß wir alle auch die Beschaffenheit eines Bewußtseinsfeldes aufweisen können, das Raum, Zeit, und lineare Kausalität transzendiert. Die völlig neue Formel, die vage an das Welle-Teilchen-Paradox der modernen Physik erinnert, beschreibt den Menschen somit als paradoxes Wesen, das zwei komplementäre Aspekte besitzt. Er kann die Eigenschaften eines newtonschen Objekts wie auch die eines total unbegrenzten Bewußtseinsfeldes. Die Angemessenheit der jeweiligen Beschreibung hängt von dem Bewußtseinszustand ab, in dem die Beobachtung gemacht wird. Der physische Tod scheint dann nur der einen Hälfte dieser Definition ein Ende zu setzen, während die andere zu ihrer vollen Entfaltung kommt.

**Erfahrungen und Beobachtungen, die speziell auf das Verständnis von Tod und auf das Überleben des Bewußtseins bezogen sind.**

#### a) Phänomene auf der Schwelle des Todes.

Wissenschaftler haben von verschiedenen interessanten Phänomenen berichtet, die sich zum Zeitpunkt des Todes ereignen. Hierzu gehören z. B. die vielen Erscheinungen gerade Verstorbener, von denen Angehörige oder Freunde berichten. Man hat herausgefunden, daß diese Erscheinungen in einem statistisch bedeutsamen Zusammenhang mit dem Tod der erscheinenden Person stehen. Diese an einem anderen Ort Verstorbenen erscheinen einem Angehörigen oder Freund meist innerhalb eines Zeitraums von zwölf Stunden um herum des Todes (Sidgwick 1894).

Es gibt auch Berichte von unerklärlichen physikalischen Phänomenen, die sich man Zeitpunkt des Todes beobachtet, wie Uhren, die stehenbleiben und wieder zu laufen anfangen, läutende Glocken, Bilder oder Fotos, die von den Wänden fallen und andere Ereignisse, die den Tod eines Menschen anzukündigen scheinen (Bozzano 1948). Menschen, denen sich der Tod nähert, erleben oft eine Begegnung mit verstorbenen Verwandten, die sie in der kommenden Welt anscheinend willkommen heißen. Diese Visionen auf dem Sterbebett sind sehr authentisch und überzeugend. Sie sind oft gefolgt von einem euphorischen Zustand und scheinen den Übergang zu erleichtern. Es sind eine Reihe von Fällen berichtet worden, in denen ein sterbender Mensch eine Vision von einer Person hatte, von deren Tod er nichts gewußt hatte (s.g. "peak in Darien" Fälle).

Besonders interessant sind Nahtodeserfahrungen, die ein Drittel aller Menschen machen, die in verschiedenste lebensbedrohliche Situationen geraten, wie z. B. Autounfälle, beinahe Ertrinken, Herzinfälle oder Herzstillstand während Operationen. Raymond Moody, Kenneth Ring, Michael Sabom, Bruce Greyson, und andere haben ausgedehnte Forschungen über dieses Phänomen betrieben und ein charakteristisches Erfahrungsmuster beschrieben, das gewöhnlich eine Lebens-rückschau beinhaltet, ein Durchqueren eines engen Tunnels, ein von den ethischen Werten des eigenen Lebens ausgehendes persönliches Gericht, eine Begegnung mit einem leuchtenden göttlichen Wesen und einen Besuch verschiedener trans-zendenter Reiche. Weniger häufig sind schmerzvolle, Angst hervorrufende, und gräßliche Arten von Nahtodeserfahrungen.

Bei unserer Arbeit mit Krebspatienten und -patientinnen im Endstadium, die wir im Rahmen des psychedelischen Therapieprogramms am Maryland Psychiatric Research Center in Baltimore durchführten, machten wir wichtige Beobachtungen die die Ähnlichkeit zwischen Nahtodes-erfahrungen und den Erfahrungen, die durch bewußtseins-erweiternde Substanzen herbeigeführt werden, bewiesen. Wir hatten in der Gruppe einige Patienten und Patientinnen, die zuerst psychedelische Sitzungen hatten und später, als ihre Krankheit weiter fortgeschritten war (zum Beispiel ein Herzanfall während einer Operation), eine echte Nahtodeserfahrung erlebt hatten. Sie berichteten, daß beide Situationen einander sehr ähnlich gewesen seien und beschrieben die psychedelischen Sitzungen als unschätzbare Erfahrungstraining für das Sterben (Grof 1976).

Der außergewöhnlichste und faszinierendste Aspekt der Nahtodeserfahrungen ist das Auftreten von "echten" Out-of-body-Erlebnissen. Dieser Begriff wird für die Erfahrungen eines körperlosen Bewußtseins verwendet, das über eine genaue außersinnliche Wahrnehmung verfügt. Thanatologische Studien haben wiederholt gezeigt, daß Menschen, die bewußtlos oder sogar klinisch tot sind, Out-of-body-Erlebnisse haben können und dann ihren Körper und die Rettungsversuche von oben beobachten oder weit entfernte Ereignisse wahrnehmen und verfolgen. Kenneth Ring hat gegenwärtig eine Studie unterwegs, die zeigt daß Leute die seit ihrer Geburt blind sind, während ihrer Nahtodeserfahrungen die Umgebung sehen können. Ring versucht die Authentizität dieser Wahrnehmungen objektiv zu verifizieren ("veridical OOB").

Klassische Beschreibungen von Out-of-body-Erlebnissen finden sich in der spirituellen Literatur und den philosophischen Texten aller Zeiten. Die moderne thanato-logische Forschung bestätigt somit die Beschreibungen des tibetischen Totenbuchs (Bardo Thödol), dem zufolge ein Mensch nach seinem Tod einen "Bardo Körper" annimmt, der die Grenzen von Zeit und Raum transzendiert und sich frei über die Erde bewegen kann. Gemäß Bardo Thödol gibt es nur zwei Stellen die für den Bardo Körper unnahbar sind - der Mutterschoss und Bodhgaya; sie beziehen sich auf Wiedergeburt und Erleuchtung.

Echte Out-of-body-Erlebnisse kommen aber nicht nur im Kontext von Nahtodessituationen, lebensbedrohlichen Notfällen, und klinischem Tod vor. Sie können in den Sitzungen intensiver erfahrungsorientierter Psychotherapie (wie Primärtherapie, Rebirthing, oder Holotropes Atmen) auftreten und im Zusammenhang mit Erfahrungen, die durch psychedelische Drogen hervorgerufen werden. Sie können auch spontan auftreten und können dann, wenn die Erlebende Person unerfahren ist und sie unheimlich findet, manchmal zu einer spirituellen Krise führen. Die Echtheit von Out-of-body-Erlebnissen ist in genauen klinischen Studien bestätigt worden, zum Beispiel durch die Experimente des Psychologen und Parapsychologen Charles Tart mit Miss Z. an der University of California in Davis (Tart 1968) und durch Wahrnehmungstests, die von Karlis Osis und D. McCormick (1980) an Alex Tanous durchgeführt wurden.

Out-of-body-Erlebnisse mit verifizierten außersinnlicher Wahrnehmungen sind besonders wichtig für das Problem, ob es ein Bewußtsein nach dem Tode gibt, da sie auf die Möglichkeit hinweisen, daß das Bewußtsein unabhängig vom Körper arbeiten kann. Dem westlichen materialistischen Weltbild nach ist das Bewußtsein das Produkt der neurophysiologischen Prozesse im Gehirn, und es ist absurd zu denken, daß das Bewußtsein sich vom Körper lösen und dabei seine sensorische Kapazität aufrechterhalten könnte. Doch genau dies geschieht in vielen der sorgfältig dokumentierten Fälle von Out-of-body-Erlebnissen. Natürlich sind die Leute, die Out-of-body-Erlebnisse gehabt haben, dem Tod zwar sehr nahe gekommen, aber sie sind nicht wirklich gestorben. Wenn das Bewußtsein jedoch zu Lebzeiten unabhängig vom Körper arbeiten kann, scheint der Gedanke sinnvoll, daß es dies auch nach dem Tode kann.

#### **Die Erfahrungen aus früheren Leben.**

Es gibt eine Kategorie von transpersonalen Erfahrungen, die für das Problem, ob das Bewußtsein nach dem Tod überlebt, sehr relevant ist: Das Wiedererleben oder Erinnern von Lebensereignissen aus anderen zeitlichen Epochen und an anderen Orten der Welt. Die historische und geographische Universalität dieser Erfahrungen deutet darauf hin, daß es sich bei ihnen um ein bedeutsames Kulturphänomen handelt. Sie haben auch wesentliche

Auswirkungen auf das Verständnis vom Wesen des Bewußtseins, der Psyche, und des Menschen und auf Theorie und Praxis von Psychiatrie, Psychologie, und Psychotherapie.

Für Hindus, Buddhisten, und auch aufgeschlossene Bewußtseinsforscher, die über ein fundiertes Wissen verfügen, ist die Reinkarnation keine Sache des Glaubens sondern eine empirische Tatsache, die sich auf eine Vielfalt an Erfahrungen und Beobachtungen stützt. Nach Christopher Bache ist das Beweismaterial auf diesem Gebiet so reichhaltig und so außergewöhnlich, daß Wissenschaftler, die die Frage der Reinkarnation einer ernsthaften Untersuchung nicht wert halten, "entweder uninformiert oder dumm" sind (Bache 1988).

Die Beschaffenheit der existierenden Evidenz, die man kennen muß vor dem man Urteile in Bezug auf Reinkarnation machen kann, wurde von Sholem Asch, einem hassidischen Gelehrten aus dem zwanzigsten Jahrhundert, in mythologischer Sprache beschrieben: "Nicht die Fähigkeit sich zu erinnern, sondern der Gegenteil, die Fähigkeit zu vergessen, is eine notwendige Bedingung unserer Existenz. Wenn die These über die Transmigration der Seelen ist wahr, dann diese Seelen müssen vor dem Tauschen der Körper das Meer des Vergessens kreuzen. Gemäss dem jüdischen Gesichtspunkt machen wir diesen Uebergang unter der Schirmherrschaft des Engels des Vergessens. Aber manchmal geschieht es dass der Engel des Vergessens selbst vergißt unsere Erinnerungen aus dem Verzeichnis der früheren Welt zu beseitigen. In einem solchen Falle werden unsere Sinne von fragmentären Erinnerungen gejagt. Sie schweben wie zerrissene Wolken über die Hügel und Tale der Psyche und weben sich in die Ereignisse unserer gegenwärtigen Existenz."

Wir brauchen natürlich mehr als solche poetische Passagen um dieses wichtige Thema seriös besprechen zu können. Eine sorgfältige Untersuchung des gesammelten Materials ist absolut notwendig, um auf diesem Gebiet gültige Schlüsse ziehen zu können. Wie wir noch sehen werden, hat der Glaube an die Reinkarnation große ethische Auswirkungen auf das menschliche Leben und ist vielleicht für die Zukunft der ganzen Welt relevant.

#### **Spontane Erinnerungen aus früheren Leben bei Kindern.**

Es gibt viele Fälle von kleinen Kindern, die sich offenbar an ein vergangenes Leben erinnern und ihr Vorleben in einem anderen Körper, an einem anderen Ort, und mit anderen Menschen beschreiben. Diese Erinnerungen treten gewöhnlich spontan auf, kurz nachdem die Kinder sprechen gelernt haben. Sie führen oft zu Komplikationen im Leben dieser Kinder und können sogar mit "übertragenen Pathologien" (carry-over pathologies) in Verbindung gebracht werden -- mit Phobien, Idiosynkrasien, seltsamen Reaktionen auf bestimmte Leute oder Situationen, und anderen Eigentümlichkeiten. Solche Fälle wurden von Kinderpsychiatern studiert und beschrieben. Im Alter von fünf bis acht Jahren verschwindet der Zugang zu diesen Erinnerungen gewöhnlich wieder.

Ian Stevenson, Professor der Psychologie an der University of Virginia in Charlottesville, hat sehr genaue Studien an über dreitausend solcher Fälle vorgenommen und sie in seinen Büchern **Twenty Cases Suggestive of Reincarnation**, **Unlearned Languages**, und **Children Who Remember Previous Lives** veröffentlicht (Stevenson 1966, 1984, und 1987), wobei er nur einige Hundert von ihnen darstellte, da viele nicht den hohen Ansprüchen der Untersuchung gerecht wurden.

Die Ergebnisse von Stevensons Untersuchung sind ganz erstaunlich. Durch unabhängige Nachforschungen konnte er die Geschichten, die die Kinder über ihre vergangenen Leben erzählten, oft bis in alle Einzelheiten bestätigen, obwohl er bei allen berichteten Fällen die Möglichkeit ausgeschaltet hatte, daß die Kinder das Wissen auf konventionellem Weg erhalten hatten. Bei einigen Fällen brachte er die Kinder tatsächlich in das Dorf, an das sie sich aus ihrem früherem Leben erinnerten. Obwohl sie in ihrem derzeitigen Leben noch nie dort gewesen waren, fanden sie sogleich das Haus, in dem sie angeblich gelebt hatten, erkannten die Mitglieder ihrer Familie und die Dorfbewohner und wußten ihre Namen. Um zu zeigen, wie Stevensons Material aussieht, will ich hier eine gekürzte Version der Geschichte von Parmod Sharma wiedergeben, einem der zwanzig Kinder, die er in seiner frühen Veröffentlichung beschreibt.

Parmod Sharma wurde am 11. Oktober 1944 in Bisauli in Indien geboren. Mit drei Jahren fing er an, sein früheres Leben in Moradabad, einer Stadt neunzig Meilen im Nordosten von Bisauli, ganz detailliert zu beschreiben. Er

erzählte viel von einem Geschäft, in dem er Kekse und Limonade verkauft hätte und das er "Mohan Brothers" nannte, und auch von seiner Frau und seinen fünf Kindern - vier Söhnen und einer Tochter. Parmod hatte eine starke Abneigung gegen Quark, was für ein indisches Kind sehr ungewöhnlich ist. Er sagte, in seinem anderen Leben wäre er einmal sehr krank geworden, nachdem er zu viel Quark gegessen hätte. Er mochte es auch nicht, unter Wasser getaucht zu werden, was anscheinend mit seiner Aussage zusammenhing, er wäre "in der Badewanne gestorben".

Im Sommer 1949 reiste die Familie Mehra aus Moradabad nach Bisauli, um Parmod zu treffen. Sie hatte von Parmods Aussagen gehört, und seine Geschichte paßte auf sie bis ins Detail. Der Familie gehörten mehrere Geschäfte, zu denen auch ein Keks- und Limo Geschäft mit dem Namen "Mohan Brothers" gehörte. Es war von Parmanand Mehra geführt worden, bis dieser am 9. Mai 1943, acht Monate vor Parmods Geburt, frühzeitig starb. Parmanand hatte sich auf einer Hochzeitsfeier an Quark, seiner Lieblingsspeise, übergessen und litt danach an einer chronischen Magenkrankheit gelitten, an der er schließlich starb. Er wurde mit Bädern behandelt, und wenn er auch nicht in der Badewanne gestorben war, so hatte man ihn doch unmittelbar vor seinem Tod gebadet. Parmod hinterließ eine Witwe und fünf Kinder - vier Jungen und ein Mädchen.

Die Familie traf Parmod nicht an und mußte unverrichteter Dinge wieder abreisen. Nach kurzer Zeit fuhr Parmods Vater jedoch mit seinem Sohn nach Moradabad, um selbst Parmods Geschichte zu untersuchen. Parmod erkannte Parmanands Cousin, der sie am Bahnhof abholte, sogleich wieder, fiel ihm weinend um den Hals und rief: "Ich bin Parmanand!" Er fand auch ganz allein den Weg zum "Mohan Brothers" Geschäft, beschwerte sich, daß "sein" Sitzplatz verändert worden war, den man nach Parmanands Tod tatsächlich umgestellt hatte, und wußte auch, wie die Limomaschine zu reparieren war, die man auseinandergenommen hatte, um ihn zu testen. In Parmanands Haus erkannte er das Zimmer wieder, in dem Parmanand geschlafen hatte und bemerkte richtig, daß eine bestimmte Trennwand früher nicht dagewesen war. Als Parmanands Mutter ins Zimmer kam, erkannte er sie sogleich als "Mutter", bevor irgendjemand ihm etwas gesagt hatte. Er erkannte auch Parmanands Frau und seine Kinder und ließ es nicht zu, daß der Sohn in mit Vornamen ansprach.

Er bestand darauf, "Vater" genannt zu werden und sagte: "Ich bin nur klein geworden."

Der Grund, warum Kinder sich an ihre früheren Leben erinnern können, sind vielleicht die Todesumstände, besonders wenn sie mit einem Schock verbunden sind, der "das Vergessen vielleicht durchbrechen kann." Gerade die lebhaftesten Erinnerungen beziehen sich in der Regel auf Ereignisse, die dem jeweiligen Tod vorausgingen; über das, was sich nach dem Tod in ihrer damaligen Umwelt ereignete, wissen die Kinder bezeichnenderweise nichts. Das ist wichtig für die Frage, ob sie vielleicht unbewußt die Details aus dem früheren Leben rekonstruieren, indem sie telepathisch die Gedanken von Leuten lesen, die den verstorbenen Menschen gekannt haben oder sonst viel über ihn wissen. Der vielleicht überzeugendste Beweis für die Reinkarnationshypothese sind auffällige Muttermale, die Verletzungen oder andere Ereignisse aus dem erinnerten Leben widerspiegeln. Diese sind das Hauptthema Stevensons neuen Buches.

Stevensons Fälle stammen nicht nur aus "primitiven", "exotischen" Kulturen, bei denen ein Glaube an die Reinkarnation *a priori* vorhanden ist, sondern auch aus westlichen Ländern einschließlich Großbritanniens und den USA. Seine Untersuchungen zeigen hohes Niveau und haben beachtliche Anerkennung gefunden. In dem Jahre 1977 hat die Zeitschrift *Journal of Nervous and Mental Diseases* fast eine ganze Ausgabe diesem Thema gewidmet.

### **Spontane Erinnerungen aus früheren Leben bei Erwachsenen.**

Am häufigsten werden bei spontan auftretenden außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen Erinnerungen aus früheren Leben wach. Sie können aber auch bei mehr oder weniger normalen Bewußtseinszuständen im Alltag vorkommen. Die akademische Psychiatrie und die gängigen Persönlichkeits-theorien basieren auf der Vorstellung, daß es nur ein Leben gibt ("one-timer-view"). Traditionell ausgerichtete Fachleute sind sich der Existenz von Erfahrungen aus früheren Leben bewußt, behandeln sie aber trotzdem ohne zu unterscheiden als Anzeichen ernsthafter Psychopathologie.

### **Wachgerufene Erinnerungen aus früheren Leben.**

Erfahrungen aus früheren Leben können durch eine Vielzahl von Techniken wachgerufen werden, die Zugang zu tieferen Schichten der Psyche vermitteln, zum Beispiel durch Meditation, Hypnose, psychedelische Substanzen, sensorische Deprivation, Körperarbeit und verschiedene intensiv erfahrungsorientierte Psychotherapien (Primärtherapie, Rebirth-ing, Holotropes Atmen). Oft treten sie ungebeten in Sitzungen von Therapeuten und Therapeutinnen auf, die gar nicht auf sie abzielen und nicht an sie glauben, und erwischen sie dann völlig auf dem falschen Fuß. Sie treten auch unabhängig vom vorherigen philosophischen und religiösen Glaubenssystem einer Person auf. Außerdem reihen sich Erfahrungen aus früheren Leben ein in das Kontinuum von genauen Erinnerungen an Adoleszenz, Kindheit, Geburt, und pränatalen Erinnerungen, die oft zuverlässig verifiziert werden können. (Grof 1988, 1992).

Es spricht Gewichtiges dafür, daß Erfahrungen aus früheren Leben authentische Phänomene *sui generis* sind, die aufgrund ihres heuristischen und therapeutischen Potentials Implikationen für Psychologie und Psychotherapie beinhalten: Erstens fühlen sie sich erstaunlich echt und authentisch an und vermitteln oft Zugang zu genauen Informationen über historische Epochen, Kulturen, und sogar historische Ereignisse, die sich die betreffende Person auf normalem Weg gar nicht hätte aneignen können. Zweitens kann in einigen Fällen die Exaktheit dieser Erinnerungen objektiv verifiziert werden, nicht selten mit erstaunlichen Details. Drittens sind sie oft mit der Psychodynamik verschiedener emotionaler, psychosomatischer und interpersonaler Probleme verbunden. Die Psyche scheint sich wenig zu kümmern, ob die pathogenen Kräfte mit Ereignissen aus dem alten Ägypten, Nazideutschland, dem pränatalen Leben, und der Geburt der betreffenden Person zusammenhängen oder mit der frühen Kindheit des jetzigen Lebens. Viertens haben sie ein großes therapeutisches Potential, das oft wirkungsvoller ist als Erinnerungen aus dem jetzigen Leben. Fünftens sind sie oft mit Synchronizitäten von erstaunlicher Bedeutung verbunden

Die Überprüfungskriterien sind die gleichen wie die, die man auf Nachforschungen über das vergangene Jahr anwendet: bestimmte Erinnerungen sind zu identifizieren und für wenigsten einige von ihnen muß unabhängiges

Beweismaterial gesichert werden können. Natürlich ist es schwieriger, Erinnerungen aus früheren Leben zu verifizieren. Sie enthalten nicht immer die spezifischen Informationen, die sich für eine Überprüfung eignen. Es ist schwieriger, an Beweismaterial zu kommen, da sie viel älter sind und andere Länder und Kulturen umfassen können. Dabei muß man, im Auge behalten, daß sogar unsere gegenwärtigen Erinnerungen nur zum Teil bestätigt werden können. Um das Bemerkenswerte an diesem Material zu verdeutlichen, füge ich hier noch zwei Geschichten aus meinem eigenen Material ein.

Im Frühstadium seiner Therapie, als er verschiedene Aspekte seines Geburtstraumas durcharbeitete, fing Karl plötzlich an, Fragmente dramatischer Szenen zu erleben, die in einem anderen Jahrhundert und in einem fremden Land zu spielen schienen. Sie waren mit intensiven Emotionen und Körpergefühlen verknüpft und schienen mit seinem Leben tief verbunden zu sein, wobei sie jedoch im Hinblick auf seine gegenwärtige Biographie keinen Sinn ergaben.

Karl hatte Visionen von Tunneln, unterirdischen Vorratskammern, Militär-barracken, dicken Mauern und Wällen, die alle zu einer Burg zu gehören schienen, die hoch über dem Meer auf einem Felsen lag. In diese Szenerie mischten sich Bilder von spanischen Soldaten, während die Landschaft eher nach Schottland oder Irland aussah.

Im Laufe des Prozesses wurden die Szenen immer dramatischer und heftiger; viele zeigten wilde Kämpfe und blutiges Abschlachten von Menschen. Obwohl er von Soldaten umgeben war, erfuhr Karl sich selbst als Priester und hatte einmal eine sehr bewegende Vision, bei der es um eine Bibel und ein Kreuz ging. Er sah dabei auch einen Siegelring an seiner Hand und konnte ganz deutlich seine Initialien erkennen.

Karl malte seine Visionen. Einige Bilder stellten die Burg dar, einige die Kämpfe, andere wiederum seine eigenen Erlebnisse. Unter ihnen war eine Szene, wo er von einem Schwert durchbohrt wird, man ihn über den Schutzwall der Burg wirft und er am Strand stirbt. Zu diesen Bildern gehörte auch eine Zeichnung von dem Siegelring mit den Initialen.

Der Wendepunkt kam, als Karl nach einem Urlaub an der Westküste Irlands bemerkte, daß er elf Fotos von einer Landschaft gemacht hatte, die eigentlich nicht besonders interessant war. Mit Hilfe einer Karte fand er heraus, daß der Ort, der seine Aufmerksamkeit so gefesselt hatte, die Ruine einer alten Burg war, die Dunanoir oder Forte de Oro (Goldene Burg) hieß.

Karl vermutete eine Verbindung zu seinen inneren Erfahrungen und entschloß sich, die Geschichte von Dunanoir zu erforschen. Zu seinem großen Erstaunen fand er heraus, daß die Burg zur Zeit Walter Raleighs von den Spaniern erobert worden war und dann von den Briten belagert wurde. Walter Raleigh verhandelte mit den Spaniern und versprach ihnen freien Abzug, wenn sie die Tore öffnen und sich ergeben würden. Die Spanier nahmen diese Bedingungen an, aber die Briten brachen ihr Versprechen. Einmal in der Burg schlachteten sie gnadenlos alle Spanier ab, warfen sie über die Wälle und ließen sie am Strand sterben.

Karl war mit diesen Ergebnissen jedoch noch nicht zufrieden und suchte weiter. In einem Dokument über die Schlacht von Dunanoir fand er schließlich, daß ein Priester die spanischen Soldaten begleitet hatte, der dann zusammen mit ihnen getötet wurde. Die Initialen seines Namens stimmten mit denen überein, die er in seiner Vision gesehen und auf einem seiner Bilder festgehalten hatte.

Die folgende Beschreibung gehört zum Bemerkens-wertesten, was mir in meiner Arbeit mit LSD begegnet ist. Sie stammt aus der Behandlung einer Patientin mit einer Krebsphobie. Die auftauchenden Erfahrungen stammen sowohl von einem Vorfahren als auch aus einem eigenen früheren Leben - eine seltene Kombination.

Im fortgeschrittenen Stadium ihrer Therapie erlebte Renata in vier aufeinanderfolgenden Sitzungen Episoden, die sich im Prag des 17. Jahrhunderts abspielten, einer Zeit, die für die Tschechen ganz entscheidend war. Nach der verheerenden Schlacht vom Weißen Berg 1621, mit der der Dreißigjährige Krieg begann, geriet das Land unter die Herrschaft der Habsburger, die dann dreihundert Jahre dauerte. Um das Nationalgefühl der Tschechen zu zerstören und jeglichen Widerstand zu brechen, ließen die Habsburger siebenundzwanzig

der einflußreichsten Adelligen des Landes gefangen nehmen und auf dem Marktplatz von Prag öffentlich köpfen.

In ihren Sitzungen hatte Renata ungewöhnlich viele Bilder von der Architektur, den typischen Kleidern und Gewändern, und auch von den Waffen und Gebrauchs-gegenständen dieser Epoche und konnte auch die komplizierte Beziehung zwischen der Königsfamilie und den Vasallen erklären. Sie selbst hatte sich nie mit dieser Zeit beschäftigt, und ich mußte Spezialliteratur zu Hilfe nehmen, um ihre Aussagen zu bestätigen.

Viele von ihren Erlebnissen bezogen sich auf das Leben eines siebenundzwanzigjährigen Angehörigen der tschechi-schen Aristokraten, die von den Habsburgern geköpft worden waren. In einer dramatischen Sequenz durchlebte Renata schließlich mit intensiven Gefühlen und erstaunlicher Detailliertheit den genauen Ablauf der Exekution, auch die Angst und Verzweiflung dieses Adelligen. Sie identifizierte sich mit ihm, war sich aber nicht im Klaren, was diese Geschichte mit ihrem jetzigen Leben zu tun hatte. Ich war genauso verwirrt wie Renata und versuchte eine Zeit lang, das Rätsel zu lösen. Die Sequenz ergab jedoch weiter keinen Sinn, und als Renatas LSD-Erfahrungen sich in eine andere Richtung bewegten, gab ich es schließlich auf und dachte nicht mehr darüber nach.

Zwei Jahre später - ich war damals schon in den USA - erhielt ich einen Brief von Renata, in dem sie berichtete, daß sie ihren Vater wiedergetroffen habe. Sie hatte ihn seit der Scheidung ihrer Eltern während ihres dritten Lebensjahres nicht mehr gesehen. Während des zweiten Weltkrieges hatte Renatas Vater seine arische Abstammung nachweisen müssen; das war etwas was routinemässig erfordert wurde. Die Arbeit, die zunächst eine existentielle Notwendigkeit gewesen war, hatte ihn dann mehr und mehr fasziniert, und er hatte seine Nachforschungen fortgesetzt. Mit Stolz präsentierte er seiner Tochter nun den Stammbaum und zeigte ihr, daß sie die Nachfahren eines der Adelligen waren, die nach der Schlacht vom Weißen Berg hingerichtet worden waren.

**Versuche, Erfahrungen aus früheren Leben experimentell zu verifizieren.**

Man hat einige interessante Experimente mit Hypnose durchgeführt, um überprüfbares Material über die Reinkarnation zu erhalten. Gegen diese Art von Forschung wird hauptsächlich eingewendet, daß hier die Gefahr einer Suggestion bestehe. Es gibt jedoch eine überzeugende Untersuchung, wo gekonnt angewandte Hypnose Informationen lieferte, die auch überprüfbar waren. Helen Wambach führte 750 Personen in verschiedene Vorleben zurück und verwendete einen ausführlichen soziologischen Fragebogen, mit dem sie sich von ihnen spezielle Informationen über Kleidung, Essen Waffen, Geld, und andere Aspekte der entsprechenden Epoche geben ließ. Oft konnte sie diese Informationen bis ins kleinste Detail überprüfen und bestätigen. Interessanterweise stimmte in ihrer Arbeit auch das Gleichgewicht zwischen Männern und Frauen, außer zu Kriegszeiten, als es mehr Frauen als Männer gab. Meistens wurde von farblosen Leben in Armut und Eintönigkeit berichtet. Nicht ein einziger Fall einer berühmten historischen Persönlichkeit kam vor (Wambach 1979).

#### **Tibetische Praktiken, die für das Problem der Reinkarnation relevant sind.**

In der tibetischen spirituellen Literatur gibt es Hinweise, daß es einigen hochentwickelten Menschen möglich ist, sich umfassendes Wissen über den Reinkarnationsprozeß anzueignen. Dazu gehört auch die Möglichkeit, Einfluß auf den Zeitpunkt des Todes zu nehmen, Ort und Zeit der nächsten Inkarnation vorauszusagen oder gar zu bestimmen, und das Bewußtsein in den Zwischenzuständen zwischen Tod und nächster Inkarnation (Bardos) zu erhalten.

Umgekehrt können fähige tibetische Mönche durch verschiedene Hinweise, die sie in Träumen, Meditationen und auf andere Weise erhalten, das Kind finden und identifizieren, das die Reinkarnation des Dalai Lama oder eines Tulku ist. Das Kind muß dann einen strengen Test bestehen, bei dem es aus einer Reihe sich ähnelnder Gegenstände diejenigen identifizieren muß, die dem Verstorbenen gehört haben.

#### **Totenerscheinungen und Kommunikation mit Verstorbenen.**

Eine direkte Begegnung und Kommunikation mit Verstorbenen wird nicht nur im Zusammenhang mit dem Tod des jeweiligen Menschen oder als Teil von Nahtodeserlebnissen erfahren, sondern sie tritt auch später spontan oder im Kontext von außergewöhnlichen Bewußtseinszuständen auf, die durch psychedelische Drogen, erfahrungsorientierte Psychotherapie, oder Meditation hervorgerufen werden. Natürlich muß das Material aus diesem Bereich besonders sorgfältig und kritisch betrachtet werden. Es heißt noch nicht viel, wenn jemand eine private Erfahrung dieser Art gemacht hat, die leicht als Wunschdenken oder Halluzination abgetan werden kann. Es müssen noch einige Faktoren hinzukommen, damit diese Erfahrungen interessantes Forschungsmaterial ergeben. Und es ist natürlich wichtig, zwischen Erscheinungen zu unterscheiden, die offensichtlich ein starkes Bedürfnis der Empfänger und Empfängerinnen oder anderer Personen befriedigen und denjenigen wo eine solche Motivation fehlt.

In der Literatur gibt es eine Reihe von Fällen, bei denen Personen erschienen, die den Empfängern und Empfängerinnen nicht bekannt waren. Man konnte sie später durch Photographien und verbale Beschreibungen indentifizieren. Es kommt auch vor, daß solche Erscheinungen von verschiedenen Menschen über einen langen Zeitraum wahrgenommen werden, wie es bei Geisterhäusern und Spukschlössern der Fall ist. Manchmal weisen sie deutliche Körpermale auf, die sie um die Zeit ihres Todes herum erhielten, von denen die Empfänger und Empfängerinnen aber nichts wußten.

Besonders interessant sind die Fälle, wo Verstorbene genaue, zuvor unbekannte Informationen liefern, die verifiziert werden können oder die mit erstaunlichen Synchronizitäten verbunden sind. Ich selbst habe in der LSD-Therapie und beim Holotropen Atmen einige seltsame Fälle von Synchronizität erlebt. Hier sind drei Beispiele, um diese Beobachtungen näher zu beschreiben. Das erste Beispiel trat während der LSD-Therapie eines jungen depressiven Patienten mit wiederholten Selbversuchen auf.

In einer seiner LSD-Sitzungen hatte Richard ein sehr ungewöhnliches Erlebnis, das im Zusammenhang mit einem seltsamen und unheimlichen Astralreich stand. Dieses Reich war von einem sonderbaren Leuchten erfüllt, und voller körperloser Wesen, die auf sehr drängend und fordernd versuchten,

mit ihm zu kommunizieren. Er konnte sie weder sehen noch hören, aber er fühlte ihre Präsenz fast greifbar nahe und empfing von ihnen telepathische Botschaften. Eine dieser Botschaften, die ganz spezifisch war, schrieb ich auf und unterzog sie der folgenden Überprüfung.

Es war die Bitte an Richard, Kontakt mit einem Ehepaar in der moravischen Stadt Kromeriz aufzunehmen und ihnen zu sagen, daß es ihrem Sohn Ladislav gut gehe und er gut umsorgt würde. Die Botschaft enthielt den Namen des Ehepaares, ihre Adresse, und Telefonnummer. Alle diese Daten waren dem Patienten und mir unbekannt. Dieses Erlebnis war äußerst verwirrend. Es war scheinbar ein Fremdeinschub in Richards Erfahrung, der überhaupt nichts mit seinen Problemen und dem Rest seiner Behandlung zu tun hatte.

Nach einigem Zögern und mit gemischten Gefühlen entschloß ich mich schließlich etwas zu tun, was mich sicher zum Spott meiner Kollegen gemacht hätte, wenn sie es gewußt hätten. Ich ging zum Telefon, wählte die Nummer in Kromeriz und fragte, ob ich mit Ladislav sprechen könnte. Zu meiner Überraschung fing die Frau auf der anderen Seite der Leitung an zu weinen. Als sie sich beruhigt hatte, sagte sie mit gebrochener Stimme: "Unser Sohn ist nicht mehr bei uns, er starb vor drei Wochen."

Am zweiten Beispiel ist ein enger Freund und Kollege von mir beteiligt, Walter N. Pahnke, früher Mitglied unseres psychedelischen Forschungsteams am Maryland Psychiatric Research Center in Baltimore. Er war sehr interessiert an Parapsychologie, besonders an der Frage nach einem Bewußtsein nach dem Tode, und arbeitete mit vielen berühmten Medien und Menschen mit übersinnlicher Wahrnehmung zusammen, unter anderen mit Eileen Garrett, der Präsidentin der American Parapsychological Association, mit der er befreundet war. Außerdem war er der Initiator des LSD-Programms für sterbende Krebspatienten und -patientinnen.

Im Sommer 1971 machte Walter mit seiner Frau und seinen Kindern Urlaub in einer Hütte in Maine, direkt am Meer. Eines Tages ging er allein tauchen und kam nicht mehr zurück. Eine intensive und gut organisierte Suchaktion blieb erfolglos. Man konnte weder seinen Körper noch irgendeinen Teil seiner

Tauchausrüstung finden. Unter diesen Umständen war es sehr schwer für seine Frau Eva, seinen Tod zu akzeptieren und zu verarbeiten.

Selbst Psychologin, entschloß sie sich zu einer psychedelischen Sitzung, in der Hoffnung, dadurch mehr Klarheit zu gewinnen und bat mich, sie dabei zu begleiten. In der zweiten Hälfte der Sitzung hatte sie eine sehr beeindruckende Vision von Walter und sprach lange und intensiv mit ihm. Er gab ihr spezielle Instruktionen in Bezug auf jedes ihrer drei Kinder und bestärkte sie darin, ihr Leben neu zu beginnen, ohne sich von einem Gefühl des Vepflichtetseins ihm gegenüber belasten und einschränken zu lassen. Es war eine sehr tiefe und befreiende Erfahrung.

Gerade als Eva anfing, dieses Erlebnis als bloße Einbildung in Frage zu stellen, erschien Walter noch einmal für kurze Zeit und bat sie, ein Buch zurückzugeben, das er von einem Freund geliehen hatte. Er nannte ihr den Namen des Freundes, den Titel des Buches und beschrieb ihr ganz genau, in welchem Zimmer, in welchem Regal, und in welcher Reihe das Buch stand. Mit Hilfe dieser Anweisungen konnte Eva tatsächlich das Buch, von dessen Existenz sie zuvor überhaupt nichts gewußt hatte, finden und zurückgeben.

Georg, ein Psychologe, der an unserem Dreijahrestraining für Fachleute teilnahm, hatte während der Holotropen Atemsitzungen seiner Kollegen und Kolleginnen viele verschiedene transpersonale Erfahrungen beobachtet und auch selbst einige gehabt. Trotzdem war er weiterhin sehr skeptisch in Bezug auf die Authentizität dieser Phänomene und fragte sich ständig, ob sie nun besondere Aufmerksamkeit verdienen oder nicht. In einer Holotropen Atemsitzung erlebte er dann eine außergewöhnliche Synchronizität, die ihn davon überzeugte, daß er doch zu konservativ über das menschliche Bewußtsein gedacht hatte.

Gegen Ende der Atemsitzung, hatte Georg eine intensive Begegnung mit seiner Großmutter, die schon seit vielen Jahren tot war. In seiner Kindheit war er ihr sehr nahe gewesen, und er war tief bewegt von der Vorstellung, vielleicht wirklich wieder mit ihr sprechen zu können. Trotz seiner tiefen Betroffenheit behielt er jedoch seine professionelle Skepsis bei und

theoretisierte, daß er sich diese Begegnung wohl nur aus alten Erinnerungen zusammensetze.

Das Treffen mit seiner toten Großmutter war jedoch von so emotionaler Tiefe und so überzeugend, daß er es nicht einfach als Einbildung abtun konnte. So suchte er nach Beweisen dafür, daß es sich um eine wirkliche Erfahrung handelte und bat seine Großmutter um irgendeine Form von Bestätigung. Er erhielt folgende Botschaft: "Geh zu Tante Anna und schau nach geschnittenen Rosen."

Immer noch skeptisch besuchte er am nächsten Wochenende seine Tante Anna. Er fand sie zu seiner Überraschung im Garten, mitten zwischen vielen geschnittenen Rosen. Sein ungeplanter Besuch war ausgerechnet auf den einzigen Tag im Jahr gefallen, an dem die Tante sich vorgenommen hatte, die Rosen in ihrem Garten zu beschneiden.

Erfahrungen wie diese sind sicherlich weit davon entfernt, die Existenz von Astralreichen und körperlosen Wesen endgültig zu beweisen. Diese erstaunlichen Synchronizitäten zeigen jedoch wie der Glauben an solche Phänomene entstranden ist. Sie weisen auch ganz klar darauf hin, daß dieses faszinierende Gebiet die ernsthafte Aufmerksamkeit der Bewußtseinsforschung verdient.

Besonders interessant ist das quasi-experimentelle Material aus dem heftig angegriffenen und kontrovers diskutierten Bereich der spiritistischen Sitzungen und der Trancearbeit mit Medien, das auf ein Überleben nach dem Tode hindeutet. Einigen der professionellen Medien konnte man Betrug nachweisen, andere wie zum Beispiel Mrs. Piper, Mrs. Leonard, und Mrs. Verall bestanden alle Tests und waren in der seriösen Forschung hoch angesehen (Grosso 1994). Die besten Medien hatten die Fähigkeit, bei ihrem Auftritt Stimme, Sprache, Gesten, Verhalten, und andere Charakteristika der verstorbenen Personen genau wiederzugeben.

Gelegentlich waren die erhaltenen Informationen allen anwesenden Personen, manchmal sogar generell, unbekannt. Es gab auch Fälle, wo sich plötzlich ungeladene Wesen einmischten, die später identifiziert werden konnten

("drop-ins"). Ein andermal wurden die relevanten Botschaften in "Stellvertreter-Sitzungen" ("proxy sittings") übermittelt: Eine unbeteiligte Partei, die über keinerlei Informationen verfügte, fragte stellvertretend für Angehörige oder Freunde der verstorbenen Person nach Informationen. Beim "kreuzweisen Austausch" ("cross-correspondence") werden Teile einer umfassenden Botschaft durch verschiedene Medien vermittelt. In Raymond Moodys Buch **Reunions** (Moody 1993) wird eine interessante Neuerung auf diesem Gebiet beschrieben. Indem er sie in einen Spiegel schauen läßt und so eine zweideutige Wahrnehmung erzeugt, führt Moody die beteiligten Personen zu überzeugenden Begegnungen mit ihren verstorbenen Angehörigen.

Einige der spiritistischen Berichte übersteigen das Fassungsvermögen eines durchschnittlichen westlichen Menschen beträchtlich, von traditionell ausgebildeten Wissenschaftlern gar nicht zu reden. Eine Extremform von spiritistischen Phänomenen ist zum Beispiel die "physikalische Vermittlung durch ein Medium" ("physical mediumship"), die unter anderem Telekinese und Materialisation umfaßt, wie schwebende Objekte und Menschen, Gegenstände, die sich durch den Raum bewegen, die Manifestation ektoplasmyischer Formen und das unerklärliche Erscheinen von Schrift oder Gegenständen.

In der brasilianischen spiritistischen Bewegung führen Medien paranormale Operationen durch, bei denen ihre Hände oder Messer angeblich von Geistern der Verstorbenen geführt werden. Bei diesen Operationen ist keine Betäubung nötig, und die Wunden schließen sich ohne Nähte. Fälle wie diese sind wiederholt von westlichen Wissenschaftlern vom Format eines Walter Pahnke, Stanley Krippner, und Andrija Puharich untersucht und gefilmt worden.

Eine relativ neue Entwicklung bei den Bemühungen, mit Geistern Verstorbener zu kommunizieren, ist die Methode der sogenannten instrumentalen Transkommunikation (ITC). Sie verwendet moderne elektronische Technologie Kassettenrekorder, Telefone, Faxgeräte, Computer, und Fernseh-bildschirme. Die Entwicklung begann, als der Filmemacher Friedrich Jürgensen 1959 auf einem Tonband anscheinend auch Stimmen von Verstorbenen auffing, als er in einem stillen Wald Vogelstimmen aufnahm. Angeregt von diesem Vorfall führte der Psychologe Konstantin Raudive (1971) eine systematische Untersuchung dieses Phänomens durch und zeichnete über 100.000 multilinguale paranormale Stimmen

auf, die angeblich Botschaften aus dem Jenseits vermittelten. Er hat seine Befunde in dem Buch **Breakthrough** beschrieben das eine kleine Schallplatte mit den Stimmen aus dem Jenseits enthielt.

Gegenwärtig werden diese Versuche von hunderten Forschern in den USA und Europa fortgesetzt (Senkowski 1994). Angeblich bemühen sich nun Jürgensen und Raudive von der anderen Seite mit den ITC Forschern Kontakt zu machen. Ein körperloses Wesen das sich "der Techniker" nennt bietet Ratschläge in Bezug auf die beste Einrichtung der elektronischen Geräte für Empfang von parapsychologischen Botschaften.

### **Individuelle und soziale Auswirkungen der Todes - und Sterbeforschung.**

Die Erforschung der psychologischen, philosophischen, und spirituellen Aspekte von Tod und Sterben, die in diesem Aufsatz dargestellt wurde, hat erhebliche theoretische und praktische Auswirkungen. Die von mir untersuchten Erfahrungen und Beobachtungen sind sicherlich kein eindeutiger "Beweis" für ein Überleben des Bewußtseins nach dem Tode, für die Existenz von Astralreichen, die von körperlosen Wesen bevölkert werden, oder für die Reinkarnation des individuellen Bewußtseins und die Fortsetzung eines physischen Seins in einem anderen Leben. Man kann sich auch andere Interpretationen dieses Materials vorstellen, zum Beispiel ein außergewöhnliches, übernatürliches Fassungsvermögen des menschlichen Bewußtseins (Superpsi), oder die hinduistische Vorstellung vom Universum als Lila, als das göttliche Bewußtseinsspiel eines kosmisch kreativen Prinzips.

Eines scheint jedoch ganz klar zu sein, daß keine der Interpretationen, die sich auf die sorgfältige Analyse dieses Materials stützen, wäre mit materialistischem Monismus und dem Newtonschen und Decartesschen Paradigma der westlichen Wissenschaft vereinbar. Systematische Untersuchung und unvoreingenommene Betrachtung dieses Materials haben notwendigerweise ein völlig neues Verständnis vom Wesen des Bewußtseins, seiner Beziehung zur Materie, genauer gesagt zum Gehirn, und von seiner Rolle im Universum zur Folge .

Neben ihrer theoretischen Relevanz haben Begegnungen mit Tod und Sterben, wo und wie immer sie geschehen, auch große praktische Bedeutung. Sie graben sich tief in unser Unbewußtes ein und tragen wesentlich zur Entwicklung von emotionalen und psychosomatischen Störungen bei. Umgekehrt fördern sie unter günstigen Zuständen Heilung, psychospirituelle Wandlung der Persönlichkeit, und Entwicklung des Bewußtseins. Sie können uns helfen die Angst vor dem Tod zu bewältigen and ein volles und viel befriedigenderes Leben zu Führen. Das "stirb bevor du stirbst" beeinflusst wesentlich unsere Lebensqualität und die Grundlagen unseres Seins. Es schraubt irrationale Antriebe und unsere Tretmühlenmentalität zurück und stärkt die Fähigkeit, in der Gegenwart zu leben und die einfachen Dinge des Lebens zu genießen. Sich von der Angst vor dem Tod zu befreien geht Hand in Hand mit einer radikalen Öffnung gegenüber einer universalen, konfessionslosen Spiritualität, unabhängig davon, ob die Begegnung mit dem Tod während eines Nahtodeserlebnisses geschieht, wo man wirklich vom Tod gestreift wurde, oder auf rein psychische Weise wie in Meditation, erfahrungsorientierter Psychotherapie oder spontanen spirituellen Krisen.

Zum Schluß möchte ich einige der möglichen Auswirkungen dieser Materie kurz erwähnen, die am weitreichendsten und vielleicht am wichtigsten sind. Es beeinflusst unser Verhalten ungemein, ob wir an ein Überleben des Bewußtseins nach dem Tode, an Reinkarnation und Karma glauben oder nicht. Schon Plato findet, daß das Desinteresse an den Konsequenzen, die die eigenen Taten nach dem Tod haben, ein 'Segen für die Bösen' wäre. Moderne Autoren wie Alan Harrington (1969) und Ernest Becker (1973) haben betont, daß die massive Leugnung des Todes zu sozialen Pathologien führt, die gefährliche Konsequenzen für die ganze Menschheit haben. Die moderne Bewußtseinsforschung unterstützt diese Sicht auf jeden Fall (Grof 1985). In der gegenwärtigen globalen Krise sind eine radikale psychospirituelle Transformation der Menschheit und das Erreichen einer höheren Bewußtseinsebene vielleicht unsere einzige Hoffnung.

### **LITERATUR:**

Alexander, F.: "Buddhist Training As Artificial Catatonia". **Psychoanalyt. Review** 18:129, 1931.

Bache, C.: **Lifecycles: Reincarnation and the Web of Life**. Paragon Press, New York, 1988.

Becker, E.: **The Denial of Death**. The Free Press, New York, 1973.

Bozzano, E.: **Dei Fenomeni di Telekinesia in Rapporto con Eventi di Morti**. Casa Editrice Europa, 1948.

Delacour, J.B.: **Glimpses of the Beyond**. Delacorte Press, New York, 1974.

Foerster, H. von: "Memory Without A Record". In: **The Anatomy of Memory** (D.P.Kimble, ed.). Science and Behavior Books, Palo Alto, 1965.

Flynn, C. P. **After the Beyond: Human Transformation and the Near-Death Experience**. Prentice-Hall, Englewood-Cliffs, N.J., 1986.

Greyson, B. and Flynn, C. P. (Eds.): **The Near-Death Experience: Problems, Prospects, Perspectives**. Charles C. Thomas, Springfield, IL., 1984.

Grof, S., and Halifax, J.: **The Human Encounter with Death**. E.P. Dutton, New York, 1977.

Grof, S., and Grof, C. 1980. **Beyond Death**. London: Thames & Hudson, 1982.

Grof, S.: **Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy**. State University New York Press, Albany, N.Y., 1985.

Grof, S.: **The Adventure of Self-Discovery**. State University New York Press, Albany, N.Y., 1988.

Grof, S.: **The Holotropic Mind**. Harper, San Francisco, 1992.

Grof, S. : **Books of the Dead**. Thames and Hudson, London, 1994.

Grosso, M.: "The Status of Survival Research: Evidence, Problems, Paradigms". A paper presented at the Institute of Noetic Sciences Symposium **The Survival of Consciousness After Death**, Chicago, IL., July 1994.

Harrington, A.: **The Immortalist**. Celestial Arts, Milbrae, CA, 1969.

Laszlo, E.: **The Creative Cosmos**. Floris Books, Edinburgh, 1994.

Moody, R.A.: **Life After Life**. Bantam, New York, 1975.

Moody, R.A.: **Reunions**. Villard Books, 1993.

Osis, K.: **Deathbed Observations of Physicians and Nurses**. Parapsychology Foundation, New York, 1961.

Osis, K. and McCormick, D.: Kinetic Effects at the Ostensible Location of an Out-of-Body Projection During Perceptual Testing. **Journal of the American Society for Psychical Research**. 74:319-24, 1980.

Raudive, K.: **Breakthrough**. Lancer Books, New York, 1971.

Ring, K.: **Life at Death: A Scientific Investigation of the Near-Death Experience**. Quill, New York, 1982.

Ring, K.: **Heading Toward Omega: In Search of the Meaning of the Near-Death Experience.** Quill, New York, 1985.

Rogo, G. S.: **The Return from Silence: A Study of Near-Death Experiences.** Harper and Row, New York, 1990.

Sabom, Michael. **Recollections of Death: A Medical Investigation.** Harper & Row, New York, 1982.

Senkowski, E.: "Instrumental Transcommunication (ITV)". An Institute for Noetic Sciences lecture at the Corte Madera Inn, Corte Madera, CA, July 1994.

Sheldrake, R.: **A New Science of Life.** J.P. Tarcher, Los Angeles, CA, 1981.

Sidgwick, H. et al.: **Report on the Census of Hallucinations.** Proc. S.P.R., Vol. 10, 245-51, 1894.

Stevenson, I.: **Twenty Cases Suggestive of Reincarnation.** University of Virginia Press, Charlottesville, VA, 1966.

Stevenson, I.: **Unlearned Language.** University of Virginia Press, Charlottesville, VA, 1984.

Stevenson, I.: **Children Who Remember Previous Lives.** University of Virginia Press, Charlottesville, VA, 1987.

Tart, C.: "A Psychophysiological Study of Out-of-Body Phenomena". **Journal of the Society for Psychical Research** 62:3-27, 1968.

Wambach, H.: **Life Before Life.** Bantam, New York, 1979.

Wasson, G., Hofmann, A., and Ruck, C.A.P. **The Road to Eleusis: Unveiling the Secret of the Mysteries.** Harcourt Brace Jovanovich, New York, 1978.

Weisse, J. E.: **The Vestibule.** Ashley Books, Port Washington, N.Y., 1972.