

Ditta op den Dries

# Zurück aus dem Himmel

Wie Nahtod-Erfahrungen  
das Leben verändern



mit einem Interview mit **Pim van Lommel**

Ditta op den Dries

## **Zurück aus dem Himmel**

Wie Nahtod-Erfahrungen das Leben verändern

Ditta op den Dries

# Zurück aus dem Himmel

Wie Nahtod-Erfahrungen  
das Leben verändern

mit einem Interview mit  
Pim van Lommel

 crotona

ISBN 978-3-86191-166-1

1. Auflage 2020

Crotona Verlag GmbH & Co. KG

© der holländischen Ausgabe 2009, Verlag Ten Have

Postbus 5018, 8260 GA Kampen

Covergestaltung: Annette Wagner unter Verwendung von Supernova Spacewalk

© styleuneeed #36696454 - [Fotolia.de](https://www.fotolia.de)

Fotos der Interviewten Personen: © Rikkert Harink

Foto von der Autorin: Carlo ter Ellen

Alle Rechte vorbehalten.

Inhalte aus diesem Buch dürfen nur nach schriftlicher Zustimmung durch den Herausgeber vervielfältigt, auf Datenträger gespeichert oder auf jegliche Art auch immer, sei es mittels chemischer, elektronischer oder mechanischer Prozesse, als Fotokopien, Aufnahmen oder irgendeine andere Weise veröffentlicht werden.

# Inhalt

## Vorwort

## Die zwölf Elemente einer Nahtod-Erfahrung

1. Joke: „Jetzt weiß ich, dass es für mein Leben einen bestimmten Plan gibt.“
2. Rinus: „Seit meiner Nahtod-Erfahrung betrachte ich das Leben mit dem Herzen.“
3. Sybrig: „Meine Nahtod-Erfahrung ist der Fels, auf dem ich stehe.“
4. Rein: „Der Tod ist unausweichlich, doch in der Zeit davor kann man ein erfülltes Leben haben.“
5. Marian: „ Im nächsten Moment war ich wieder im schwarzen Raum.“
6. Marcus: „Ein Mensch muss den Winter kennen, bevor er den Frühling spüren kann.“
7. Marga: „Ich habe tagelang geweint. Es stimmt also wirklich.“
8. Mick: „Mein Leben vor der Nahtod-Erfahrung war ein Kampf ums Überleben. Mein Leben nach der Nahtod-Erfahrung ist eine Entdeckungsreise.“

## Nachbetrachtung mit Pim van Lommel

## Danksagungen

# Vorwort

*Königinnentag in den Niederlanden im Jahr 2001. Mein Vater liegt im Sterben. Zusammen mit meinen Familienmitgliedern sitze ich neben seinem Bett und halte Wache. Er ist schon weit weg und den ganzen Tag lang nicht mehr ansprechbar gewesen. Doch gegen Abend, etwa eine halbe Stunde vor seinem Tod, richtet er sich noch einmal kerzengerade im Bett auf. „Oooooohhhh... wie schön, wie schön!“, ruft er – und seine Augen strahlen. Ich frage ihn, was er denn sehe. Gleißendes Licht sieht er, und dann, zu seiner großen Freude, verstorbene Familienangehörige. Seine Mutter, seine Schwester, seinen Schwager – er zählt ihre Namen auf. „Ist es schön dort, Paa?“, frage ich noch einmal nach, nur um sicherzugehen. Er nickt. „Endlich geschafft!“, sagt er und sackt zurück in die Kissen. Er findet es gut. Und wir auch. „Tschüss, Papa, geh‘ du mal ruhig!“*

Der Schweizer Psychiater Carl Gustav Jung (1875-1961) wusste darum. Und vielleicht weiß es Ihre Nachbarin oder Ihre Kollegin ebenfalls. In diesem Buch geht es um Menschen, die eine Nahtod-Erfahrung hatten – um ganz normale Menschen mit besonderen Geschichten. Joke, Rinus, Sybrig, Rein, Marian, Marcus, Marga und Mick sind acht von den schätzungsweise 600.000 Menschen in den Niederlanden, die eine Nahtod-Erfahrung gemacht haben.

Ich war damals ganz überwältigt, als ich letztes Jahr in Pim van Lommels Buch „Endloses Bewusstsein“ auf diese bemerkenswerte Zahl gestoßen bin. 600.000 Menschen – damit kann man eine Veranstaltungshalle wie Ahoy Rotterdam zwanzig Mal füllen. Bis zu diesem Moment wusste ich kaum etwas über Nahtod-Erfahrungen. Ich hatte zwar schon oft davon gehört, mich bis dahin jedoch nicht weiter hineinversteuert. Aufgrund dieses überzeugenden Zahlenmaterials stand die Nahtod-Erfahrung dann schlagartig voll und ganz im Mittelpunkt des Interesses. Die Medien griffen das Thema massiv auf. Als Journalistin der Regionalzeitung „Tubantia“ von Twente schrieb auch ich einen Artikel über Nahtod-Erfahrungen. Warum? Weil dieses Thema Neugier erregt. Ich besuchte einen Vortrag in Hengelo, wo Bürger(innen) von Twente über ihre Erfahrungen berichteten, um auf diese Weise die Thematik in der Region bekannt zu machen.

Die Veröffentlichung führte zum Kontakt mit dem Verleger, der daraufhin den Vorschlag machte, ein Buch mit Interviews von Menschen mit Nahtod-Erfahrungen herauszubringen. Das fand ich spannend.

Es wurde ein besonderes Projekt, mit ganz besonderen Gesprächen – grundlegend anders als ein Interview für einen Zeitungsartikel. Wer ein Gespräch mit jemandem beginnt, der eine Nahtod-Erfahrung gehabt hat, kann das anfangs schwer einschätzen. Die betreffende Person will zunächst abtasten, ob ihr Gegenüber ihrer Geschichte wirklich ernsthaft und mit einer offenen Einstellung lauscht. Bevor diese Person mit ihrer Geschichte beginnt, muss zunächst gegenseitiges Vertrauen erweckt werden. Ist diese Basis erst einmal geschaffen, so wird sehr schnell stundenlang geredet – meist sogar einen ganzen Tag. Ein Mensch mit einem Nahtod-Erlebnis muss oft nach Worten suchen, um diese unaussprechliche Erfahrung mit anderen

teilen zu können, und hat dann immer noch das Gefühl, dass das, was er erzählt hat, die Nahtod-Erfahrung gar nicht richtig beschreibt.

Es waren Interviews mit Pausen – mit notgedrungenen Pausen, die sich empfahlen, wenn jemand einen Weinkampf bekam. Oder auf dem Balkon eine Zigarette rauchen ging, weil ihm die Fragestellung unvermittelt unter die Haut ging. Selbst der Mann, der schon seit einiger Zeit aufgehört hatte zu rauchen, griff dann wieder nach einer Zigarette. Dann gab es noch einen Interviewpartner, der im Anschluss tausend Entschuldigungen vorbrachte, weil er die natürlichen Bedürfnisse des Menschen völlig vergessen hatte. Den ganzen Tag lang hatten wir über einem Tässchen Kaffee gesessen und geredet. Wer denkt denn schon ans Essen und Trinken, wenn er über eine ergreifende Nahtod-Erfahrung spricht? Er nicht. Und ich auch nicht.

Es gab während der Interviews niemals einen Augenblick, in dem ich dachte: „Jetzt kann ich den Notizblock wegpacken, jetzt weiß ich alles.“ Im Gegenteil, ein Interview wurde beendet, weil der Interviewpartner vor Müdigkeit nicht mehr die richtigen Worte finden und der Interviewer das Gesagte nicht mehr richtig zusammenfassen konnte. Im Auto beschlich mich auf der Rückfahrt immer wieder ein nagendes Gefühl. „Weiß ich jetzt alles über die Nahtod-Erfahrung der interviewten Person?“ Sehr wahrscheinlich nicht. Doch das darf durchaus sein, denn ich schrieb ja keine wissenschaftliche Abhandlung.

Eines wusste ich jedoch mit Gewissheit: Die Berichte all der Menschen, die ich interviewte, waren aufrichtig und kamen direkt aus dem Herzen. Das hatten sie selbst persönlich erlebt. Nicht mehr und nicht weniger. Ich habe keinen Augenblick an der Echtheit ihrer Erlebnisse gezweifelt – wie sie das im Übrigen genauso wenig tun. Bedeutet das, dass ich von jetzt ab für Nahtod-Erfahrungen

in all ihren Facetten einstehe? Nein, das nicht. Ich bin Agnostiker und gehöre zu den Menschen, die mit Bestimmtheit von sich zu behaupten wagen, dass sie nichts mit Gewissheit wissen. Ich halte nichts von der einen unumstößlichen Wahrheit. Diese gibt es nur dann, wenn man über alles, aber dann auch wirklich alles nötige Wissen verfügt. Mir reicht eine bescheidene Haltung, denn dieses Allwissen besitze ich schlicht und ergreifend nicht. Die Nahtod-Erfahrungen sind auch nicht meine eigene Erfindung. Daher erscheint es mir klüger, mein Urteil hintanzustellen. Die Tatsache, dass ich bei diesem Projekt das journalistische Prinzip von Pro und Contra nicht anwenden konnte, vergeben Sie mir, verehrte Leserschaft, bitte an dieser Stelle ganz schnell. Es ist unmöglich, „die andere Seite“ um eine Reaktion zu bitten.

Ich hoffe, dass Sie als Leser(in) die acht Lebensgeschichten in diesem Buch mit Respekt und einer offenen Einstellung lesen werden. Mehr als das Recht auf Anerkennung ihrer Erfahrung erwarten die Menschen mit einem Nahtod-Erlebnis auch nicht von uns.

Inzwischen weiß ich, dass mein Vater eine Todesvision hatte. Hierzu gibt es bisher noch kaum wissenschaftliche Forschungsarbeiten, doch viele Menschen müssen wohl ähnliche Erlebnisse haben. Eine Todesvision ist etwas anderes als eine Nahtod-Erfahrung. Der Unterschied besteht laut van Lommel darin, dass sterbende Menschen ein Wachbewusstsein haben und mit anwesenden Menschen sprechen können. Bei einer Nahtod-Erfahrung in einer lebensbedrohlichen Situation ist man weder bei Bewusstsein geschweige denn ansprechbar. In beiden Fällen spricht man jedoch von Bewusstseinsweiterung. Sowohl nach einer Todesvision als auch nach einer Nahtod-Erfahrung ist die Angst vor dem Tod völlig verschwunden.

Wie dem auch sei - die Erfahrung am Sterbebett meines Vaters hat mir persönlich einen Spaltbreit die Tür geöffnet, wenn es um Erfahrungen mit einem erweiterten Bewusstsein geht. Die tiefgreifenden Begegnungen mit den acht Menschen in diesem Buch haben diese Tür noch ein Stück weiter aufgestoßen.

Nijverdal, 27. Februar 2009  
*Ditta op den Dries*

# Elemente einer Nahtod-Erfahrung

Der amerikanische Psychiater Raymond Moody schrieb 1975 das Buch „Life after Life“ („Leben nach dem Tod“) über Nahtod-Erfahrungen. Er beschrieb darin zwölf verschiedene Elemente einer Nahtod-Erfahrung.

Er betonte dabei die Tatsache, dass die meisten Menschen lediglich einige dieser Elemente erleben - nur selten werden alle angeführt. Daher ist jede Nahtod-Erfahrung einzigartig.

Die zwölf Elemente nach Moody:

1. Für die Erfahrung kann man keine Worte finden.
2. Man erfährt ein Gefühl von Frieden und Ruhe. Die Schmerzen sind verschwunden.
3. Man ist sich der Tatsache bewusst, dass man tot ist. Manchmal hört der Betroffene hierauf auch Klänge.
4. Eine Astralreise oder außerkörperliche Erfahrung (Nahtod-Erfahrung). Menschen können aus einer Position außerhalb von und über ihrem Körper ihre eigene Wiederbelebung oder Operation mit verfolgen.

5. a) Der Betreffende befindet sich in einem dunklen Raum. Nur 15% der Menschen flößt dieses Erlebnis Angst ein. In dem dunklen Raum bildet sich ein Lichtpunkt, von dem sie angezogen werden. Diese Erfahrung wird folgendermaßen beschrieben:
  - b) Eine Tunnelerfahrung. Sie werden mit hoher Geschwindigkeit ins Licht gezogen.
  - c) Etwa 1-2 % der Menschen bleiben im dunklen Raum hängen und erleben dies als furchteinflößende Nahtod-Erfahrung – auch „Höllen-Erfahrung“ genannt.
6. Wahrnehmung eines außerweltlichen Umfeldes, einer bezaubernd schönen Landschaft mit prächtigen Farben, schönen Blumen und manchmal auch Musik.
7. Begegnungen und Kommunikation mit Verstorbenen.
8. Begegnung mit einem strahlenden Licht oder einem Wesen des Lichtes. Man erfährt absolute Akzeptanz und bedingungslose Liebe und kommt mit tiefem Wissen und Weisheit in Berührung.
9. Lebensschau, Lebenspanorama oder Rückblick auf das gesamte Leben seit der Geburt. Man erlebt alles noch einmal. Man überblickt das ganze Leben in einem einzigen Moment. Zeit und Raum scheinen nicht zu existieren, alles findet gleichzeitig statt. Man kann tagelang über die Lebensschau sprechen, die nur einige wenige Minuten gedauert hat.
10. Vorblick oder „Flash nach vorne“: Man hat das Gefühl, einen Teil des Lebens, das in Zukunft noch kommen wird, im Überblick und im Detail anzuschauen. Auch hierbei gibt es folglich weder Zeit noch räumlichen Abstand.
11. Es wird eine Grenze wahrgenommen. Man begreift, dass man nicht mehr in den eigenen Körper zurückkehren kann, wenn man diese Grenze überschreitet.

12. Die bewusste Rückkehr in den Körper. Wieder zurück im kranken Körper ist es eine tiefe Enttäuschung, dass einem so etwas Wundervolles weggenommen wurde.

Quelle: Pim van Lommel, „Endloses Bewusstsein“



„Ich weiß jetzt, dass es für mein Leben einen festen Plan gibt. Das

schenkt mir innere Ruhe.“

JOKE ENDEDIJK-VAN DER JAGT (58),  
ehemalige OP-Assistentin.

Sie wohnt in Kampen.

Sie ist mit Bert verheiratet.

Sie hat fünf Kinder: Mattijs (30), Petra und Marieke (29) und Berendjan (25). Die Tochter Leonieke ist am plötzlichen Kindstod gestorben.

Sie hatte an einem Montagmorgen, im Oktober 1997, eine Nahtod-Erfahrung.

Sie war damals siebenundvierzig Jahre alt.

# Joke

Elf Jahre später

## **Vor der Nahtod-Erfahrung**

Dass manchmal nicht genug zu essen im Haus war? Und dass sie ab und an mal abgetragene Klamotten von ihrer Nichte trug? Joke van der Jagt störte das nicht eine Sekunde lang in ihrem Leben. Sie war ein fügsames Kind, das alles im Leben ohne zu murren so hinnahm, wie es war. Die Familie Van der Jagt wohnte in einer Einliegerwohnung in Den Haag. Vater, Mutter und sieben Kinder. Joke war die Vierte in der Reihe - drei Brüder vor ihr und ein Bruder und zwei Schwestern nach ihr. Diese Position in der Geschwisterreihe sollte ihr späteres Leben prägen.

Ihr Vater war Versicherungsmakler. Es war in den Fünfzigerjahren des letzten Jahrhunderts ein ganz schönes Kunststück, für den Unterhalt einer Familie mit sieben Kindern zu sorgen. Das erforderte klare Absprachen. Und diese gab es in der Familie Van der Jagt denn auch. Die Jungs bekamen drei Butterstullen, die Mädels zwei. Fleisch gab es nur sonntags. Was für den Rest der Woche auf den Tisch kam, hing davon ab, was gerade im Haus war. Manchmal erforderte das Improvisationskünste. Joke hat

keinen Augenblick darunter gelitten, dass sie kein Fahrrad besaß, wie all die anderen Kinder in der Nachbarschaft.

Ihre Mutter war in jener Zeit viel krank. Was ihr genau fehlte, weiß Joke bis heute nicht. Doch Tatsache ist, dass ihre Mutter viel im Bett lag und mehrmals zur Kur ging, um wieder zu Kräften zu kommen. Später dachte Joke, dass ihrer Mutter die große Familie mit den sieben Kindern einfach zu viel war.

Doch sie blickt auf eine Kindheit zurück, die ihr das Gefühl von Sicherheit vermittelte. Viel veränderte sich in ihrem zwölften Lebensjahr, als sie nach Arnheim zog. Ihr Vater war vom Versicherungsmakler zur leitenden Führungskraft aufgestiegen. Die Geselligkeit im Haus blieb, es hatte ab und an schon den Touch eines geselligen Hauses. Dennoch hatte Joke in Arnheim keine glückliche Zeit. Es war selbstverständlich, dass sie, als die älteste Tochter, viel im Haushalt mithelfen musste. Sie putzte und passte auf die jüngsten Geschwister auf. Es schien das Normalste von der Welt zu sein, dass Familienangelegenheiten höhere Priorität hatten als ihre Bedürfnisse als Kind. Das empfand sie selbst auch so. Heute jedoch nicht mehr. Heute denkt sie: „Es gab doch auch noch andere? Die hätten doch auch mal die Ärmel hochkrempeln können?!“

Es war eine Zeit, die wie Blei auf ihr lastete. Joke besuchte die M.U.L.O.-Schule und hatte darüber hinaus auch noch Hausaufgaben zu erledigen, doch dafür fehlte es ihr an Zeit und an Privatsphäre. Jeden Morgen stand sie um halb sechs Uhr auf, um zu lernen, doch ihre Hausaufgaben hatte sie niemals wirklich fertig. In der Schule hatte sie beständig das Gefühl, den Unterrichtsstoff nicht richtig zu beherrschen. Dadurch erlitt ihr Selbstwertgefühl einen starken Knacks. Schlimmer noch, sie hatte in jener Zeit eigentlich gar kein Selbstvertrauen.

Und dann gab es noch diesen ekelhaften Lehrer. Er stellte sie regelmäßig vor all ihren Klassenkameraden bloß. Dann