

FABIAN VOGT

# 100 DINGE,

die du **NACH** dem  
Tod auf keinen Fall  
verpassen solltest



*Und Gott wird abwischen  
alle Tränen von ihren Augen,  
und der Tod wird nicht mehr sein,  
weder Leid noch Geschrei  
noch Schmerz wird mehr sein;  
denn das Erste ist vergangen.  
Und der auf dem Thron saß, sprach:  
Siehe, ich mache alles neu.  
Die Bibel*

*Natürlich gibt es eine jenseitige Welt.  
Die Frage ist nur:  
Wie weit ist sie von der Innenstadt entfernt,  
und wie lange hat sie offen?  
Woody Allen*

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
uns neuen Räumen jung entgegenschicken,  
des Lebens Ruf an uns kann niemals enden.  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!  
Hermann Hesse*

*Für Chrissy*  
*1982–2018*

*... der jetzt weiß,  
wie's wirklich ist.*

# Inhalt

Für Abenteuerlustige .....	9
Für Todesmutige .....	15
100 Dinge, die du NACH dem Tod auf keinen Fall verpassen solltest .....	22
Himmelsstürmereien.....	26
Outdoor-Events .....	52
Eignungstests .....	78
Paradiesische Freuden .....	104
Höllischer Nervenkitzel .....	130
Spirituelle Begegnungen .....	156
Endzeit-Dramatik .....	182
Exklusive Angebote .....	208
Worauf wir hoffen können .....	241
Der Autor .....	252
Dank .....	253



*Alle großen Religionen  
haben das Leben nach dem Tod  
unmissverständlich bejaht.*

*C.G. Jung*

## **Für Abenteuerlustige**

Freuen Sie sich! Das Beste kommt erst noch. Und zwar das Allerbeste. Im Jenseits. Wirklich!

Ganz gleich, was Sie in Ihrem irdischen Dasein schon ausprobiert, gewagt oder genossen haben: Das war höchstens ein kleiner Vorgeschmack auf die unfassbare Fülle der Erfahrungen, die auf uns wartet, wenn wir nicht mehr an unseren doch ziemlich begrenzten Körper gebunden sind. Dann geht es erst richtig los!

Zumindest, wenn man den vielfältigen Jenseitsvorstellungen der Menschheit trauen kann. Sollte an dem, was Philosophen, Propheten, Künstler, Schamanen und andere Idealisten im Lauf der Jahrtausende zum Jenseits überliefert haben, auch nur ein Hauch Wahrheit sein, dann sehen wir nach dem Tod grandiosen Erlebnissen entgegen.

Darum: Freuen Sie sich jetzt schon auf die bewusstsenserweiternden Ausflüge, die Sie dereinst machen können: verwegene Kanutouren im unterirdischen Regenwald, Rafting über die mitreißenden Flüsse des Totenreichs, Wanderungen über die Milchstraße, entspanntes Flanieren im Garten Eden, knallharte Wettkämpfe in der Zwischenwelt Xibalbé, fantastische Wellness-Angebote in den grünen Auen des Paradieses, spontane Besuche im

»Kuh-Himmel«, Workshops mit den »apokalyptischen Reitern«, wagemutige Trips durch abgründige Regionen (die man eigentlich »auf Teufel komm raus« meiden sollte) oder ein Abstecher zum »Licht am Ende des Tunnels« ... Angebote, gegen die die Action-Programme irdischer Vermittler (Fallschirmspringen, Canyoning, Quad-Fahren, Bungee-Jumping, Schlamm-Catching, Höhlentauchen oder Häkelkurse mit C-Promis) wie eine Fahrt in einem alten, rostigen Kettenkarussell anmuten.

Ja, es scheint, als wäre das Jenseits in mancherlei Hinsicht ein echter Erlebnispark. Vielleicht sollte man sogar sagen: ein »Freizeitpark«, denn arbeiten müssen Sie dann ja nicht mehr. Und dieses Buch funktioniert wie der Übersichtsplan, den man auf Erden am Eingang eines solchen Freizeitparks erhält, um sich in den verschiedenen Themenbereichen zurechtzufinden.

Zugegeben: Der Eintritt in die postmortale Erlebniswelt kostet das Leben. Und manche der Attraktionen entpuppen sich bei genauerem Hinsehen plötzlich im wahrsten Sinne des Wortes als »Himmelfahrtskommando«. Aber das ist bei manchen überdrehten Achterbahnen in unserer Welt ja ähnlich.

Entscheidend finde ich: Es lohnt sich auf jeden Fall, die wichtigsten dieser grandiosen Jenseits-Highlights schon jetzt kennenzulernen, weil sie angeblich unserem irdischen Dasein erst so richtig die Krone aufsetzen werden. Und vielleicht helfen sie uns ja, auch unsere Träume und Sehnsüchte im Diesseits besser zu verstehen.

Deshalb versammelt dieser »kleine Reiseführer durch das Jenseits« in einer einladenden Übersicht die Glanzstücke der weltweiten Vorstellungen, Vermutungen und Er-

wartungen zu dem, was wohl nach dem Tod auf die Menschen zukommt.

Nebenbei: Das ist viel mehr als nur eine Spielerei. Schließlich glauben nach aktuellen Umfragen rund zwei Drittel von uns, dass nach dem Tod »noch was kommt«.

Nur: Was? Was genau kommt da? Das sollte man doch mal klären. Es wäre schließlich seltsam, wenn man zwar grundsätzlich an so was glaubt, aber gar keine Ahnung hat, wie dieses geheimnisvolle Jenseits wohl sein wird.

Und selbst das morbide Drittel der Gesellschaft (also: all diejenigen, denen das unbegrenzte Vertrauen auf ein »Nachher« fehlt) sollte wenigstens erfahren, auf was es sich bewusst nicht freuen möchte.

Ermutigend finde ich dabei, dass die Idee vom »Weiterleben« uralte ist. Das beweisen unter anderem jahrtausendealte Grabbeigaben (Waffen, Lebensmittel, Schmuck, Ehepartner), die nur dann sinnvoll erscheinen, wenn man überzeugt ist, dass die oder der Verstorbene sie später noch mal brauchen kann.

Darüber hinaus war den Menschen früh bewusst, dass ein Individuum eben nicht nur aus Haut und Knochen besteht. So bemerkte schon der griechische Philosoph Pythagoras: »Es existiert eine vom Körper unabhängige Seele des Menschen, die unsterblich ist.«

Diese Überzeugung begleitet die Menschheit bis heute – und ob sie eher der Intuition, einem unergründlichen Ur-Wissen, der Hoffnung oder reinem Wunschdenken entspringt, lässt sich nicht letztgültig be- oder widerlegen. Man kann nur eines sagen: Der Glaube an eine unsterbliche Seele ist äußerst verbreitet – und meist sehr tröstlich.

Umso erstaunlicher scheint es, dass wir in den modernen westlichen Gesellschaften die Auseinandersetzung mit dem Tod nicht nur scheuen, sondern am liebsten ignorieren. Vielleicht liegt das daran, dass – wie Sigmund Freud bemerkte – im Unterbewusstsein ohnehin jeder Mensch glaubt, er wäre unsterblich.

Alle wollen immer älter werden, träumen von medizinischen Entwicklungen, die den Körper für alle Zeiten konservieren, oder lassen sich gleich mit modernsten Kryonik-Techniken prophylaktisch einfrieren in der Hoffnung, dann eines Tages (wenn man alle Gebrechen heilen kann und die Formel für die ewige Jugend entdeckt hat) wieder aufgetaut zu werden.

Noch aber liegt die Sterbewahrscheinlichkeit bei rund 100 Prozent ... wenn man mal von Jesus, Elvis und manch anderen Ausnahmeerscheinungen absieht. Und diese Tatsache hat natürlich – verbunden mit der gravierenden Unlust, der eigenen Endlichkeit ins Auge zu sehen – einige Nebenwirkungen. Die massivste davon ist die qualvolle Angst, bei Lebzeiten etwas zu versäumen. Eine Manie, die man getrost als »postmoderne Marotte« bezeichnen kann.

Ein eher charmanter Ausdruck dieser Sorge sind die seit einigen Jahren überall aufkommenden »Bucket-Listen«. Bucket-Listen? Davon haben Sie bestimmt schon gehört! Falls nicht, hier noch mal eine kurze Erläuterung: Wenn wir in Deutschland davon reden, dass jemand »ins Gras beißt«, »über die Klinge springt«, »die Radieschen von unten betrachtet«, »in die Kiste hüpf« oder »den Löffel abgibt« (deswegen findet sich im Deutschen auch der Begriff »Löffel-Liste«), dann sagt man im Englischen meist »Kick the bucket« (was möglicherweise so heißt, weil früher un-

ter denjenigen, die gehängt werden sollten, kurzerhand ein hölzerner Eimer einen Tritt bekam – bevor findige Tüftler die viel praktischere Falltür entwickelten).

Das heißt: Bucket-Listen sind launige Aufzählungen aller herrlichen Dinge, die man unbedingt noch tun möchte, bevor »der Eimer weggetreten« wird.

Die beliebteste Größenordnung bei dieser Aufzähleritis ist die 100: »100 Dinge, die man unbedingt tun sollte, bevor man stirbt«. Und solche Zusammenstellungen gibt es inzwischen für beinahe alle Lebensbereiche: »100 Erfahrungen, die man gemacht haben muss ...«, »100 Sehenswürdigkeiten, die man gesehen haben muss ...«, »100 Bücher, die man gelesen haben muss ...« und so weiter.

Allerdings kann so eine Liste auch ganz schön unter Druck setzen! Natürlich. Denn man bekommt ja ziemlich schnell das Gefühl: Wenn man nur einen von diesen 100 kostbaren Tipps, die das Leben erst richtig lebenswert machen, nicht schafft oder verpasst, dann hat man eigentlich gar nicht gelebt.

Trotzdem fand ich die Idee der »Bucket-List« verlockend – und habe eine solche einfach mal frech für die (zum Glück viel längere) Dimension der Ewigkeit erstellt. Und vielleicht kann ja eine verheißungsvolle »Liste« des Jenseits sogar ein bisschen was von der Sorge nehmen, man könne das Diesseits nicht genug ausgekostet haben.

Dazu kommt, dass man in vielen Kulturen bis heute davon überzeugt ist: Die Seele braucht jemanden, der ihr beim Übergang in die neue, postmortale Wirklichkeit hilft. Wissenschaftlich wird so ein Seelenführer »Psychopompos« genannt. Klingt komisch, ist aber ein anerkannter Fachbegriff.

Früher waren das oft die Medizinmänner eines Stammes, aber vielleicht darf es im 21. Jahrhundert auch mal ein Autor sein, der Sie mitnimmt auf eine Entdeckungsreise in die Welt der Jenseitsvorstellungen.

Dass ich unter anderem evangelischer Theologe bin, soll dabei nicht stören und erklärt vermutlich auch, warum ich gelegentlich auf die christlich-abendländischen Perspektiven etwas ausführlicher eingehe.

So! Sind Sie bereit? Ich hoffe, ja, denn wir werden wirklich unglaubliche Vorstellungen kennenlernen. Und vielleicht sagen Sie ja am Ende: »Das muss man mit eigenen Augen gesehen haben.« (Die lateinische Übertragung dieses forschenden Satzes lautet übrigens kurz »Autopsia« – lustig, oder?)

Ich jedenfalls finde: Die 100 Anregungen für unsere Zeit nach dem Ableben bereiten schon heute ... viel Vergnügen.

Ihr Psychopompos  
*Fabian Vogt*

*Das Jenseits ist der Boden,  
auf dem das Diesseits wächst.*  
Adolf Faut

## Für Todesmutige

Wenn Sie am liebsten sofort in die spektakuläre Welt der jenseitigen Attraktionen einsteigen wollen, müssen Sie dieses zweite Vorwort nicht unbedingt lesen. Blättern Sie dann am besten direkt zu Seite 22.

Wenn Sie aber noch ein bisschen tiefer in den Diskurs eintauchen wollen, warum es äußerst lebensfördernd ist, sich mit dem Tod zu beschäftigen, dann lohnt es sich höchstwahrscheinlich für Sie, auch die folgenden Seiten vorab neugierig durchzuschmökern.

Wer sich angeregt mit dem Jenseits beschäftigt, wird nämlich feststellen, dass davon auch seine Wahrnehmung des Diesseits nachhaltig beeinflusst wird. Um es mal sehr anschaulich auszudrücken: Ein Mensch, der sich auf die Zeit nach dem Tod aus ganzem Herzen freuen kann, wird vermutlich die Jahrzehnte davor deutlich anders erleben als jemand, der vor dem Sterben schreckliche Angst hat – oder einer, der fest davon überzeugt ist, dass der Sarg ohnehin die absolute »Endstation Sehnsucht« bedeutet.

Darum hat schon vor rund 3000 Jahren ein Psalmist im Alten Testament den reizvollen Satz geschrieben: »Mensch, bedenke, dass du sterben musst, damit du klug wirst.« Wobei Klugheit in der orientalischen Antike nichts mit Bildung oder einem hochgeputzten IQ zu tun hatte,

sondern vor allem die Lebenstauglichkeit meinte. Anders ausgedrückt: Wer über den Tod nachdenkt, der lernt zu leben. Und zwar im Hier und Jetzt.

Da erstaunt es auch nicht, dass es im Mittelalter eine eigene Literaturgattung gab, die sich mit der »Ars moriendi«, der »Kunst des Sterbens«, beschäftigte und die sich, neben den Erläuterungen zum Geschehen auf dem Sterbebett, vor allem dafür interessierte, was das unausweichliche Dahinscheiden für das irdische Dasein bedeutet. Ähnliches gilt für das Totenbuch der Ägypter oder das der Tibeter, die ebenfalls deutlich machen, wie eng die sichtbare und die unsichtbare Welt miteinander verwoben sind.

Wenn es aber im Sinne der »Ars moriendi« eine Kunst ist, sich mit dem Tod zu beschäftigen, und diese Kunst den Lebenden hilft, mit den Herausforderungen der hiesigen Existenz besser zurechtzukommen, dann kann es wohl nicht schaden, sich damit bei passender Gelegenheit mal auseinanderzusetzen. Auch und gerade weil der Mensch vermutlich das einzige Lebewesen auf Erden ist, das die Gabe besitzt, über sich hinauszudenken und dem Tod konstruktiv zu begegnen.

Bevor wir in die Welt der Jenseitsvorstellungen einsteigen, könnte es deshalb hilfreich sein, schon im Vorfeld zu klären, auf welchen Ebenen die Auseinandersetzung mit dem Tod für das diesseitige Dasein förderlich werden kann – weil Sie dann die verschiedenen Aussichten und Ideale der Kulturen konkret zum eigenen Leben in Bezug setzen werden. Und weil Sie vermutlich Lust bekommen, sich aus den vielen vorgestellten Angeboten Ihre ganz persönlichen Favoriten auszuwählen.

Fünf solcher Inspirationsebenen stelle ich Ihnen deshalb vor Beginn kurz vor:

## **1. Der Umgang mit der Angst vor dem Tod**

Die Angst vor dem Tod wird gerne als »Mutter aller Ängste« bezeichnet. Damit ist gemeint: Ganz gleich, vor was wir uns fürchten – dahinter steckt letztlich immer die existenzielle Sorge, nicht mehr zu sein, das eigene Ich zu verlieren, zu vergehen. Im Umkehrschluss heißt das: Wer lernt, die Angst vor dem Tod zu überwinden (oder sich ihr zumindest zu stellen), der wird auch mit vielen profaneren Ängsten wesentlich besser zurechtkommen.

Natürlich kann man die Angst vor dem Tod verdrängen – und da sind die meisten Menschen ziemlich gut drin –, sie wird aber trotzdem im Unterbewusstsein weiter unser Lebensgefühl beeinflussen und prägen. Darum ist es ja so weise, dieser Angst aktiv entgegenzutreten und für sich eine tragfähige Antwort auf die Frage nach dem Tod zu finden. Die in diesem Buch versammelten Hoffnungen, Visionen und Bilder bieten einen reichhaltigen Baukasten für eine solche Klärung. Und sie reizen (trotz aller offenen Fragen) dazu, das Sterben nicht als ein Ende, sondern als einen Übergang zu entdecken.

## **2. Die Weite des Horizonts**

Wer neugierig die Grenzen des Lebens erkundet, der macht eines ganz gewiss: Er weitet seinen Horizont. Und das auf vielfältige Art und Weise: Er nimmt sich als Teil eines wesentlich größeren Geschehens wahr (das über

die gewöhnlichen Alltagsbewältigungsstrategien hinausreicht), er macht sich neu bewusst, dass es Dimensionen des Daseins gibt, die bei allem guten Willen nicht in unserer Hand liegen, und er erkennt ziemlich bald, dass sich die fundamentalen Rätsel des Lebens im Regelfall doch nicht mit den verführerischen Heilsversprechungen der freien Marktwirtschaft lösen lassen.

Wenn die klassischen Philosophen recht haben und der Mensch nur drei zentrale Fragen für sich beantworten muss, um Erfüllung zu finden («Wo komme ich her?«, «Warum bin ich da?« und «Wo gehe ich hin?«), dann ist die Beschäftigung mit dem Jenseits sicherlich ein mehr als idealer Einstieg; nicht nur, um die dritte dieser Klippen gekonnt zu umschiffen, sondern auch, um sich den anderen beiden kompetent anzunähern. Denn wer an ein Jenseits glauben kann, der wird für sich ja auch klären wollen, welche ordnenden Kräfte oder Mächte hinter diesem Jenseits wallen und was die sich beim Erschaffen des Menschen, speziell der eigenen Person, gedacht haben mögen.

### **3. Die Entlastung des Diesseits**

Wie schon im ersten Vorwort angedeutet, bringt ein Jenseitsverlust leicht eine Belastung des Diesseits mit sich. Warum? Ganz einfach: Wenn jemand nicht darauf bauen möchte oder kann, dass nach seinem Tod noch etwas kommt, dann fühlt er sich verständlicherweise getrieben, aus seinem irdischen Leben »alles herauszuholen, was nur geht«. Es gibt ja sonst nichts. Zumindest nichts »mehr«. Und dieser Druck führt bei vielen über kurz oder lang zu einem unstillbaren Erlebnishunger und zur ständigen Sor-

ge, irgendetwas verpasst zu haben, nicht gelebt zu haben, nicht das Beste aus der Zeit auf Erden gemacht zu haben.

Wer dagegen sein irdisches Dasein nur als eine vorübergehende Etappe ansehen kann – so wie es der Liederdichter Paul Gerhardt mal poetisch formuliert hat: »Ich bin ein Gast auf Erden« –, der wird eine gesunde Gelassenheit entwickeln, in der er die Freuden der Welt nicht weniger lustvoll genießt (im Gegenteil: Er ist ja spürbar entspannter), die ihm aber zugleich die Freiheit gibt, die Erfüllung des Daseins nicht in irgendwelchen Aktivitäten, zu erreichenden Zielen oder Befriedigungen zu suchen. So jemand erwartet nicht, dass ein Leben »alles« beinhalten muss, weil dieses Leben eben nur *ein* Kapitel in einer viel umfangreicheren Geschichte ist.

#### **4. Die Kostbarkeit der Existenz**

Umgekehrt gilt aber gleichermaßen – auch wenn das auf den ersten Blick wie ein Gegensatz anmutet: Je öfter sich ein Mensch die Frage nach dem Tod stellt, desto intensiver wird er sein Leben als ein Geschenk, als eine ihm anvertraute Zuwendung wahrnehmen. Oder anders ausgedrückt: Wer sich die Endlichkeit seines irdischen Daseins regelmäßig vor Augen führt, der erkennt, dass jeder Tag als etwas unendlich Kostbares angesehen werden kann – und zwar nicht, um diesen Tag im Sinne eines Nutzungsideals auszuschlachten, sondern um ihm mit Hochachtung und Achtsamkeit zu begegnen und ihn liebevoll zu gestalten: Wer morgens mit dem angenehmen Gefühl aufwacht »Mir wird gerade ein neuer Tag geschenkt«, der wird ihn auch fröhlich und gut gelaunt angehen.

Insofern hebt diese kleine Betrachtung der Jenseitsvorstellungen hoffentlich auch die Lebensfreude beim »Davor« erkennbar an. Denn der ärgste Feind der Lebensfreude ist ja das Versinken in der ewigen Wiederkehr des Gleichen, im Funktionieren und im Müdewerden. Wenn da die lustvolle und mutige Beschäftigung mit dem Tod dazu beitragen kann, ein neues Bewusstsein für die Besonderheit des Augenblicks zu entwickeln, dann zählt das sicherlich ebenfalls zu den Aspekten, die einen Menschen im orientalischen Sinne »lebensklug« werden lassen.

## **5. Der Trost der Hoffnung**

Menschen sind dann motiviert, wenn sie im Leben ein Ziel vor Augen haben. Da erstaunt es nicht, dass viele am Ende ihrer Erdenzeit ein wenig die Zielstrebigkeit verlieren, schließlich sind die meisten Ziele (hoffentlich) bereits erreicht. Das heißt aber auch: Wenn ich den Tod aufgrund meiner anschließenden Jenseitserwartungen als etwas Erstrebenswertes ansehen kann, dann motiviert mich das bis zum irdischen Schluss. Mehr noch: Wenn ich sogar glaube, dass das Sein im Jenseits um einiges schöner wird als im Diesseits, dann werde ich mich richtiggehend darauf freuen. Und dann habe ich in allen Lebensphasen eine Perspektive, eine Zuversicht und die Gewissheit, dass mir etwas Lohnenswertes bevorsteht. Dann kann ich auch getrost meinem Körper Lebewohl sagen, wenn es so weit ist.

Ich spare übrigens in diesem Buch die zahlreichen Hölle-Phantasmagorien nicht aus, lege aber bewusst einen Schwerpunkt auf die vielversprechenden und wohltuenden Vorstellungen all der Dinge, die uns angeblich erwarten –

und die tatsächlich in den Überlieferungen oftmals wesentlich klarer skizziert werden als die vermeintlichen Orte der Strafe. Die Jenseitsvorstellungen der Völker sind aus Hoffnung geboren, nicht aus Angst; und diese Hoffnung darf man getrost zum Auftanken nutzen.

Ich hoffe, dass Ihnen diese fünf kurzen Zugänge deutlich gemacht haben, wie ermutigend das Eintauchen in die jenseitige Wirklichkeit sein kann – und dass Sie sich bei aller Freude an den teils so skurrilen und überraschenden »Nachwelten«, die ich Ihnen vorstelle, immer auch mit den eigenen Erwartungen auseinandersetzen werden.

Übrigens finden Sie am Ende des Buches noch einen kurzen Abschnitt, in dem ich einige verbindende Kennzeichen der oftmals so bunten und unterschiedlichen Jenseitsvorstellungen skizziere. Denn es ist mehr als erstaunlich, dass bestimmte Charakteristika in fast allen Kulturen auftauchen, Merkmale, die offenkundig weltumspannend die Menschheit verbinden. Und vielleicht sagt das ja auch etwas über das Sein des Menschen aus.

Nebenbei: Wer sich den Psalmisten-Spruch »Mensch, gedenke, dass du sterben musst, damit du klug wirst« zu Herzen nimmt, der verlässt diese Welt vermutlich in einer Gemütslage, die man mit zwei aus dem Alten Testament stammenden Attributen versehen kann, nämlich »alt« und »lebenssatt« (wie Martin Luther diese hebräische Formulierung aus dem biblischen Buch Hiob kraftvoll übersetzte).

Nicht des Lebens überdrüssig, sondern »gesättigt mit Leben«. Satt geworden. Und bereit, die nächste Stufe zu beschreiten ...

*Es hat nie ein Genie gegeben,  
welches nicht an die Unsterblichkeit  
geglaubt hätte. Man befindet sich  
mit dem Glauben an die Ewigkeit des Ichs  
wahrlich in der allerbesten Gesellschaft.  
Carl Ludwig Schleich*

## **100 Dinge, die du NACH dem Tod auf keinen Fall verpassen solltest**

Jetzt noch mal ganz offiziell: Herzlich willkommen im Jenseits! Schön, dass Sie da sind. Vor Ihnen liegt – wie schon verkündet – eine einzigartige Entdeckungsreise in die Welt der Träume und Visionen davon, wie es wohl nach dem Tod mit uns weitergeht. Und natürlich bekommen Sie dadurch auch einen Eindruck, wohin es Sie möglicherweise eines Tages verschlagen könnte.

Lassen Sie uns in diesem Buch einfach mal übermütig davon ausgehen, dass der Mensch – in welcher Form auch immer – nach seinem körperlichen Ableben eine Wahl hat; und zwar die Wahl, sich unter all den überlieferten und erwartungsvoll ausgemalten Erlebnisorten im Jenseits diejenigen auszusuchen, die ihm am meisten zusagen.

Dann können Sie die folgenden Kapitel tatsächlich als einen neugierigen Rundgang durchs Jenseits verstehen, der Ihnen einen ersten Überblick geben möchte. Und um Ihnen dabei die Orientierung ein wenig zu erleichtern, habe ich nicht nur die – nach meinem ganz persönlichen Geschmack – 100 interessantesten und markantesten An-

gebote herausgefiltert, sondern diese im Sinne von »Themenparks« auch inhaltlich vorsortiert, damit Sie von der Fülle der Möglichkeiten nicht überwältigt werden.

Ich beginne meine »Führung« mit den eindrücklichen Erfahrungen, die angeblich unmittelbar nach dem »Hinüberschlummern« auf uns warten. Also mit dem Exodus nach dem Exitus (»Himmelsstürmereien«). Und schon dieser erste Teil der Führung hat es in sich.

Anschließend stelle ich Ihnen sieben prägnante Erlebnisfelder vor, die sich in den Jenseitsvorstellungen der Völker entwickelt haben. Dabei werden Sie feststellen: Die ersten beiden dieser Erlebnisfelder lesen sich tatsächlich ein bisschen wie ein Katalog für Abenteuerreisen.

Das liegt daran, dass viele Kulturen davon überzeugt sind, die Seele müsse sich erst einmal auf eine aufregende Expedition begeben, bevor sie geläutert ihren Bestimmungsort erreichen kann. Sprich: In diesen Kapiteln lernen Sie sowohl die tollkühnsten Herausforderungen auf dem Weg zum Jenseits (»Outdoor-Events«) als auch die schönsten Angebote zur »Seelenreifung« kennen (»Eignungstests«).

Im nächsten Schritt schauen wir uns dann die Himmelsgefilde in den besten Lagen an (»Paradiesische Freuden«), um gleich darauf auch einen wagemutigen Blick in die Niederungen der Ewigkeit zu werfen (»Höllischer Nervenkitzel«), die eher etwas für hartgesottene Liebhaber körperlicher Grenzerfahrungen sind.

Eine kleine Zusammenstellung unserer Möglichkeiten, auch im Jenseits mit dem Diesseits in Kontakt zu bleiben (»Spirituelle Begegnungen«), rundet diesen Teil der Besichtigung ab, bevor wir neugierig schauen, was denn ei-

gentlich in der sogenannten »Apokalypse« mit unserer Seele passiert (»Endzeit-Dramatik«).

Und ganz zum Schluss lernen wir noch eine Sammlung besonders exquisiter Jenseitsvorstellungen kennen (»Exklusive Angebote«), die teilweise aus Kunst und Kultur stammen und in keine der vorherigen Kategorien passen.

Los geht's!



# HIMMELSTÜRMEREIEN

Direkt nach dem Sterben – so scheint es – kommt die Seele erst einmal in einen »Vorhof« des Jenseits. Ein Foyer. Eine Art »Transitzentrum« für die Migration in die neue Sphäre. Anders ausgedrückt: Es gibt eine markante Übergangsphase zwischen dem irdischen Dahinscheiden und der Ankunft im »Reich der Ewigkeit«.

Gerade die Erlebnisse bei der Durchquerung dieses Niemandslands zwischen den Wirklichkeiten und das Erreichen der jenseitigen Gefilde haben die Menschheit schon immer bewegt – vermutlich, weil diese Erfahrungen das Erste sind, was den Verblichenen erwartet; und das zu einem Zeitpunkt, zu dem die Angehörigen noch am Sterbebett stehen, der Trauerrede lauschen oder sich beim Begrüßungskaffee heitere Anekdoten aus dem zu Ende gegangenen Leben auftischen.

Besonders brisant sind solche Zwischenstationen deshalb, weil viele Menschen behaupten, sie hätten den »Übergangsbereich« im Zuge von »Nahtoderfahrungen« schon erkundet. Ja, etwa 20 Prozent aller klinisch toten und dann reanimierten Patienten erzählen voller Überzeugung davon, dass sie eine oder mehrere der hier aufgezählten Situationen schon »erlebt« haben.



## Zum Überflieger werden

### Out-of-Body-Erfahrungen verändern die Perspektive

Wenn der Körper den Geist aufgibt (oder besser gesagt: wenn der Geist den Körper aufgibt), dann löst sich die Seele erst einmal ganz sanft von ihrer irdischen Hülle, steigt nach oben, schwebt schwerelos im Raum und wirft dann einen wehmütigen Abschiedsblick auf die dahinscheidende Gestalt, die all die Jahre ihr Zuhause war.

Das jedenfalls berichten erstaunlich viele Menschen, die nach einem Nahtoderlebnis befragt wurden. Sie konnten sich im Moment zwischen Leben und Tod von außen betrachten: auf dem OP-Tisch, im Sterbebett oder bei der Wiederbelebung durch Rettungssanitäter.

Wissenschaftler nennen dieses Phänomen »außerkörperliche Erfahrung« (AKE) oder »Out-of-Body-Experience« (OBE), und die zurückgekehrten Seelen beschreiben ihre »Aufstiege« eigentlich alle als ungemein friedvoll und verbunden mit einem innigen Glücksgefühl. Vor allem aber waren jegliche vorher empfundenen Schmerzen verschwunden.

Faszinierenderweise gab es während der probeweisen Trennung von Leib und Seele für das Bewusstsein weder Raum noch Zeit – und auch keine Grenzen mehr: Türen und Wände waren durchlässig und alle physikalischen Ge-

setze aufgehoben, sodass die Überflieger auch nicht mehr mit den Anwesenden im Raum kommunizieren konnten.

Derartige Nahtoderlebnisse werden seit den 1970er-Jahren durch die Bestseller der Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross und des amerikanischen Psychologen Raymond Moody intensiv diskutiert und gelten in der Neurowissenschaft als »dissoziative Störung«.

Kritiker erwähnen natürlich gerne, dass sich OBEs künstlich erzeugen lassen – beim Stockholmer Karolinska-Institut schlicht dadurch, dass man Menschen eine Virtual-Reality-Brille aufsetzt und ihnen das Bild einer Kamera einspielt, mit der sie gefilmt werden: Schwups, schon sehen sie sich von außen. Ist das also alles nur Einbildung?

Nun, die Versuche erklären jedenfalls nicht, warum manche Personen nach ihrer Rückkehr Dinge beschreiben konnten, die sie mit ihrem liegenden Körper gar nicht hätten wahrnehmen dürfen: die Sockenfarbe des Chirurgen, die Anzeige auf dem Display hinter ihnen und den anzüglichen Spruch des Ersthelfers. Außerdem waren die meisten ohnehin im Koma oder narkotisiert.

Verstehen kann man OBEs nicht – aber sollten wir nach dem Tod tatsächlich zu Beginn erst mal lässig unter der Decke schweben, dann wäre das doch ein ziemlich stilvoller Start ins Jenseits.



## 2

# Filmstar für einen Augenblick

## Wenn das ganze Leben an einem vorüberzieht

»Kurz bevor sie ihre Augen für immer schloss, sah die attraktive Agentin noch einmal ihr Leben wie im Zeitraffer vor ihrem inneren Auge ablaufen.« Schriftsteller lieben solche Sätze. Und genau darum kommen sie (so oder so ähnlich) in unzähligen Romanen, Filmen und Theaterstücken vor. Klingt ja auch äußerst spannend – weil man sich sofort fragt: Was hat denn die Person da wohl gesehen?

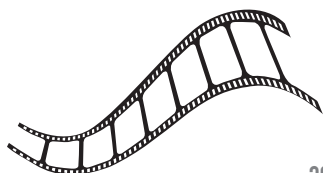
Tatsache ist: Dieses Phänomen existiert. Beim Überschreiten der Schwelle zwischen Leben und Tod bekommt der ein oder andere Mensch noch einmal eine echte Hauptrolle, nämlich die im »Film seines Lebens« – weil dann die wichtigsten Stationen seiner Biografie wie in einem Film an ihm vorüberziehen. Eine geballte Doku aus Höhepunkten und Peinlichkeiten. Ein Daseins-Konzentrat, in dem mehr Eindrücke auftauchen, als dies in der kurzen Zeitspanne überhaupt möglich sein dürfte.

Der sogenannte »Lebensfilm«, der gerne auch als »Panorama«, »Rückschau« oder »Bilderschau« bezeichnet wird, taucht schon in antiken Quellen auf, ist also keinesfalls eine moderne Selbstbetrachtung: Offensichtlich löst irgendetwas beim Übergang ins Jenseits in unserem Kopf einen privaten Blockbuster aus. Irre!

In der Psychologie wird eine solche Erfahrung gerne als Form der »Hypermnesie« bezeichnet, als gesteigerte Erinnerungsfähigkeit. Israelische Forscher der »Hebrew University Hadassah Medical School« in Jerusalem haben den »Lebensfilm« kürzlich genauer erforscht und kommen zu dem Schluss: Er findet wirklich statt. Allerdings nicht chronologisch sortiert (wie man lange Zeit dachte), sondern nach der Bedeutung der Ereignisse. Wir sehen also vor allem all die Momente unseres Daseins, die uns emotional tief berührt oder nachhaltig geprägt haben.

Und weil dabei auch Erlebnisse auftauchen, die wir verdrängt haben, nahm Sigmund Freud in seiner »Traumdeutung« die hypermnetischen Träume als einen Beleg für die Existenz des Unterbewussten. Passenderweise wird eine solche Lebensbilderschau in Gehirnnarealen ausgelöst, die bei einer Krise sehr spät durch den Sauerstoffverlust betroffen sind – als wolle das Gehirn als visuelle »Henkersmahlzeit« noch einmal ein anschauliches Resümee des Gewesenen liefern.

Ein Zusammenschnitt der Schlüsselszenen unseres bisherigen Daseins, im »Ultimate Director's Cut«, inklusive aller unterbewusst gekürzten Bonusaufnahmen: Das wird sicher ein cineastisches Highlight. Oder?



## In die Röhre gucken

### Das Licht am Ende des Tunnels überstrahlt alles

»Als ich meine Augen wieder öffnete, stand ich in einem mit Licht durchfluteten Tunnel«, schwärmt ein Remigrant (also: ein Zurück-Emigrierter) nach seinem verwegenen Kurztrip über die Daseinsgrenze.

Solche Beschreibungen sind kein Einzelfall. Knapp 70 Prozent aller Menschen mit Nahtoderlebnissen berichten, sie wären durch eine Art Röhre oder Gang geschwebt, an dessen Ende ein unfassbar helles Licht auf sie gewartet hätte – heller als die Sonne und doch nicht blendend.

Die Vorfreude auf dieses sensationelle Ereignis sollte nicht nur den Fans von dramatischen Sonnenauf- und -untergängen das Sterben versüßen. Denn die Kommentare sind sich in einem völlig einig: Der Anblick dieser strahlenden Lichtquelle ist überwältigend.

So überwältigend, dass den meisten auch sofort klar wurde: »Hier wartet der Himmel auf mich.« Mehr noch: Wer so in die Röhre guckt, der verliert direkt die Angst vor dem Tod und will um jeden Preis dieses warme, beglückende Licht erreichen ... und ist dann in der Regel ziemlich enttäuscht, wenn er noch einmal umkehren muss.

Zugleich spüren die Betroffenen, dass der verlockende Lichtvorhang beziehungsweise der Ausgangspunkt dieses

Leuchtens so etwas wie einen »Point of no return« darstellt: Wenn man ihn erreicht hat, dann gibt es kein Zurück mehr ins fleischliche Dasein, dann ist die Grenze endgültig überschritten.

Nüchterne Wissenschaftler (etwa die Hirnforscher der University of Michigan) weisen gerne darauf hin, dass sich beispielsweise bei Ratten dreißig Sekunden nach einem Herzstillstand eine stark gesteigerte Hirnaktivität messen lässt; offenbar ein letztes, verzweifelt Aufbäumen des Bewusstseins. Derartige Erregungswellen, vermuten die Experten, könnten auch bei uns Menschen für die beschriebene Lichtwahrnehmung verantwortlich sein.

Etwas poetischere Gemüter sind dagegen überzeugt, dass wir nicht »wie die Ratten« sterben, sondern beim Übergang ins Jenseits quasi einen zweiten Geburtsprozess erleben: Durch einen engen dunklen Gang streben wir erneut ins Licht. Wen wundert es da noch, dass viele kluge Philosophen überzeugt sind, der höchste Grad der »Erleuchtung« käme erst nach dem Tod.

Immerhin hat es die Formulierung »Ein Licht am Ende des Tunnels sehen« als ermutigender Hoffnungsschimmer sogar ins Diesseits geschafft. Nun, wenn's so weitergeht: Warum nicht?



# 4

## Ein rasanter Aufstieg

### Klettertouren auf der Himmelsleiter

Die Mapuche («Menschen der Erde»), ein indigener Stamm in Südamerika, feiern jedes Jahr um die Weihnachtszeit ein großes rituelles Fest für ihren Schöpfergott Gynechen. Zu diesem Fest gehört ein interessanter Brauch: Die Schamanin des Dorfs erklimmt einen hohen, treppenartig eingekerbten Holzklotz, auf dessen Spitze sie so lange tanzend auf eine Trommel schlägt, bis sie in Trance fällt – um dann nach dem Aufwachen den ultimativen Willen der Götter zu verkünden.

Der sakrale Kletterklotz ist ein überaus eindrückliches Symbol für die »Himmelsleiter« – eine mythische Verbindung zwischen Himmel und Erde, die erstaunlicherweise nicht nur in Südamerika, sondern auch in Ägypten und Assyrien sowie in der Bibel und im Koran eine tragende Rolle spielt.

Anscheinend überlegen Menschen seit Menschengedenken, wie denn der Übergang von den irdischen Auen in die göttlichen Regionen konkret aussehen könnte. Und kommen immer wieder auf den Gedanken: »Es muss so etwas wie eine Leiter in den Himmel geben.« Und wer diese geheimnisvolle Leiter betritt, der ist sozusagen schon in der Zwischenwelt ... oder zumindest ganz nah dran.

In der westlichen Kultur kennt man vor allem die Geschichte vom biblischen Vater Jakob, der eines Nachts im Halbschlaf (oder im Traum) eine lange Leiter sieht, die auf der Erde steht und mit ihrer Spitze bis in den Himmel ragt. Auf dieser Leiter steigen frohgemut Engel auf und ab, und Jakob versteht sofort, was Gott ihm damit sagen will: »Der Weg zwischen hier und dort ist begehbar, der Himmel steht offen. Fürchte dich nicht!«

Dieses Bild scheint zu inspirieren. Jedenfalls wird auch Allah im Koran als »Gott der Himmelsleiter« bezeichnet, und manche Kulturen gaben ihren Toten sogar eine kleine Leiter mit ins Grabgewölbe, damit dem geplanten Aufstieg nichts mehr im Weg steht. Es könnte also durchaus sein, dass zum Weg in den Himmel auch eine fulminante Klettertour auf den Sprossen der Himmelsleiter gehört. Klingt doch überwältigend.

Allen, die nicht schwindelfrei sind, sei noch verraten, dass es in Südamerika auch das Bild von einem Himmelsseil und einem Himmelsbaum gibt, die die Sphären verbinden. Und wem das als Trost beim Klettern nicht reicht: Der Kirchenvater Hieronymus verkündete zuversichtlich, dass Gott die Kletternden gewisslich die ganze Zeit ermutigt und ihnen bei Ermattung seine Hand reicht.

