

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2017)

Heft: 4: Lichtvolles Ende : Menschen berichten von ihren Nahtoderfahrungen : was passiert mit uns, wenn wir sterben?

Artikel: Die Sehnsucht nach einem Jenseits

Autor: Torcasso, Rita

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-846702>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Sehnsucht nach einem Jenseits

Der Tod als Grenze und endgültiger Abschied fordert heraus und macht Angst. Mit der Vorstellung eines Jenseits verbindet sich die Suche nach einem Sinn des Lebens. Eine Erkundung der Frage, wie Menschen den Tod erfahren.

Text: Rita Torcasso Fotos: Daniel Rihs

Jetzt in der Weihnachtszeit fliegen sie wieder: die Engel als Friedensverkünder und Jenseitsboten. Doch laut der Europäischen Wertestudie von 2008 glauben in der Schweiz heute nur noch 43 Prozent der Erwachsenen an einen Himmel oder ein Paradies nach christlicher Lehre. Gleichzeitig nimmt die nichtreligiös begründete Überzeugung zu, dass es eine ausserkörperliche Existenz gibt.

Ein Bereich, der auf grosses Interesse stösst, sind Nahtoderfahrungen. Wer im Internet das Wort eingibt, erhält 145 000 Ergebnisse. Vier Frauen erzählen in dieser Ausgabe von *Visit*, was sie angesichts des Todes erlebt haben. Alle vier sprechen von einem Licht (siehe Porträts ab Seite 7). Franz Dschulnigg hielt über 80 solcher Erzählungen in Kurzfilmen fest. Der 63-Jährige, der vor

der Pension leitender Angestellter beim Kanton war, interessiert sich seit vier Jahrzehnten für das Jenseits. Er sagt: «Ich bin von einem Leben nach dem Tode überzeugt. Jeder wird dort von verstorbenen Angehörigen begrüßt, und er wird in die dort herrschende Gemeinschaft eingereiht.»

Sterben als grösstes Geheimnis

Interessiert an solchen Nahtoderfahrungen ist heute auch die Forschung. Der Religionswissenschaftler Stefan Nadile schreibt an der Universität Bern eine Dissertation darüber, wie Nahtoderfahrungen Menschen prägen. Er schaltete die Webseite www.nahtod.ch auf, die sich eingehend damit auseinandersetzt. Als eine Art roter Faden zeigte sich für den Forscher, dass alle von ihm Befragten überzeugt waren,

wirklich für kurze Zeit tot gewesen zu sein. Und das Erlebte hatte für sie auch Jahrzehnte danach noch immer eine tief emotionale Bedeutung.

Seit langem versucht die Wissenschaft, Nachweise im Gehirn für solche Nahtoderlebnisse zu finden. «Aus meiner Sicht gibt es (noch) keine Messinstrumente, die wirklich einen zweifelsfreien Beweis liefern können, dass es nach dem Tod eine nichtkörperliche Existenz gibt», sagt Nadile dazu. Und fügt an: «Mich interessiert an diesem Thema vor allem, wie Menschen mit der Gewissheit ihrer eigenen Sterblichkeit umgehen.»

Der Physiker Albert Einstein schrieb: «Es gibt nur zwei Arten, sein Leben zu leben: Entweder so, als gäbe es keine Wunder, oder so, als wäre alles ein Wunder.» Mit seiner Relativitätstheorie



Was passiert mit uns, mit unserer Seele, wenn wir sterben? Die meisten Menschen beschäftigt solche und ähnliche Fragen.

wurde Unvorstellbares messbar. Doch je mehr wir wissen, desto klarer erscheinen offensichtlich auch die Grenzen unseres Denkens.

Sterben ist eines der letzten grossen Geheimnisse geblieben. Die Schweizer Sterbeforscherin Monika Renz schrieb über ihre Erfahrungen mit über 600 Sterbenden das Buch «Hinübergehen». Darin hält sie fest, dass sich im Sterben selber eine Wandlung vollziehe, unabhängig davon, ob nach dem Tod noch etwas komme: «Sterbende verlassen schon vor ihrem Tod unser Empfinden in Raum und Zeit, in «Ich» und «Du», und sie tauchen immer wieder in eine gänzlich andere Erlebnisweise ein. Wo sie sich bei diesem Übergang noch äussern konnten, beschrieben sie eine auffallend friedliche Atmosphäre, und erzählten von Liebe und Licht.»

Für Renz ist klar: «Der auf sein Sterben zugehende Mensch taucht ein in Zusammenhänge und Wahrnehmungen von ganz anderer, ganzheitlicher Art.»

Bei allen Menschen, ob sie nun an ein Jenseits glauben oder nicht, bleibt beim Tod eines geliebten Menschen eine zeitlose Bindung ausserhalb der körperlichen Präsenz bestehen. Der Soziologe Peter Gross schrieb 2015 das Buch «Ich muss sterben» über den Tod seiner Frau. Darin wendet er sich an die Verstorbene mit den Worten: «Das Abwesende ist übermächtig. Du bist nicht mehr anwesend und gleichzeitig stärker und schmerzlicher gegenwärtig denn je.» Damit drückt er aus, dass Gefühle genauso bedeutsam sein können wie die Realität. Gross formuliert es so: «Dass das Abwesende immer wichtiger ist als das Anwesende, das

ist Verhängnis und zugleich Glück des Menschen.» Denn wir wollen uns mit dem Bestehenden nicht zufriedengeben, sondern über uns selber hinauswachsen können. In Bezug auf den Tod hiess das seit Tausenden von Jahren auch, dass der Kontakt mit Toten gesucht wurde.

Wohin geht die Seele?

Neurowissenschaftler gehen hingegen davon aus, dass das Verhalten des Menschen von rein physikalisch-chemischen Prozessen im Gehirn gesteuert wird. Gegen eine solche «Verwissenschaftlichung» unserer Erlebniswelt protestiert der Psychiater Daniel Hell. In seinem Buch «Die Wiederkehr der Seele» beschreibt er die Seele als «Ausdruck für ein Erleben, das mit den äusseren Augen nicht einzufangen ist, aber für den Menschen und seine Selbstentwicklung so wichtig ist wie Brot und Wasser für den Körper».

Für Hell ist klar: «Das Seelische befreit den Menschen aus seiner Selbstbezogenheit und öffnet ihn für den andern.» Aus seiner Erfahrung als Leiter von psychiatrischen Kliniken leiden viele Menschen an einer Form von «Seelenhunger», weil sie ihre gemütliche Verankerung im Leben verloren haben. Ohne eine solche Verankerung verliert das Leben an Sinn.

Der Dichter Angelus Silesius umschrieb seine Vorstellung vom Tod so: «Wenn ich in Gott vergeh', so komm ich wieder hin, wo ich in Ewigkeiten vor mir gewesen bin.» Noch für unsere Eltern und Grosseltern war der Tod ein selbstverständlicher Teil des Lebens. Über ihr Leben und die Vorstellung vom Sterben erzählen über 80-Jährige im Buch «Das volle Leben».

Die Schauspielerin Stephanie Glaser sagte mit 87 Jahren: «Vom Tod habe ich keine Vorstellung oder eine romantische. Dass ich, also meine Seele, aus dem Fenster fliege. Ich finde es eine schöne Idee, das Fenster einen Spalt offen zu lassen, damit die Seele hinausfliegen kann. Ich sehe mich tot eher herumfliegen als neben einem strengen Herrgott sitzen.»

Diese Generation wurde in der Kindheit noch mit Bildern eines strafenden

>>

>>

Gottes konfrontiert, der nach dem Tod Gericht über die Sünder hält. Gegen solche Vorstellungen wehrte sich die Kinderschwester Monica Suter: «Längst ist mir klar geworden: Was gegen die Liebe ist, ist Sünde; mit einer Todsünde auf dem Herzen ist man tot. Hölle heißt, man ist tot, verschüttet, vergraben; Himmel heißt, man ist leicht und frei. Du richtest dir das im Leben selber ein.»

Engel im Diesseits erkennen

Ein schönes Bild ihres Jenseitsglaubens hat die Hebamme Marie Zürcher: «Vielleicht ist der Tod nur eine umgekehrte Geburt. Gar am Ende steht da auf der anderen Seite eine gute Hebamme und hilft einem hinaus in etwas Neues.» Die Sterbeforschung weiss heute: Was das Leben als lebenswert erscheinen liess, macht auch den Tod erträglicher; gutes Leben und gutes Sterben sind eng miteinander verknüpft.

Als eine Konstante in allen Kulturen stellten sich Menschen vor, dass Engel sie über den Tod hinaus begleiten werden. Im Arabischen sagt man: «Der

erste Gedanke Gottes war ein Engel. Das erste Wort Gottes war ein Mensch.»

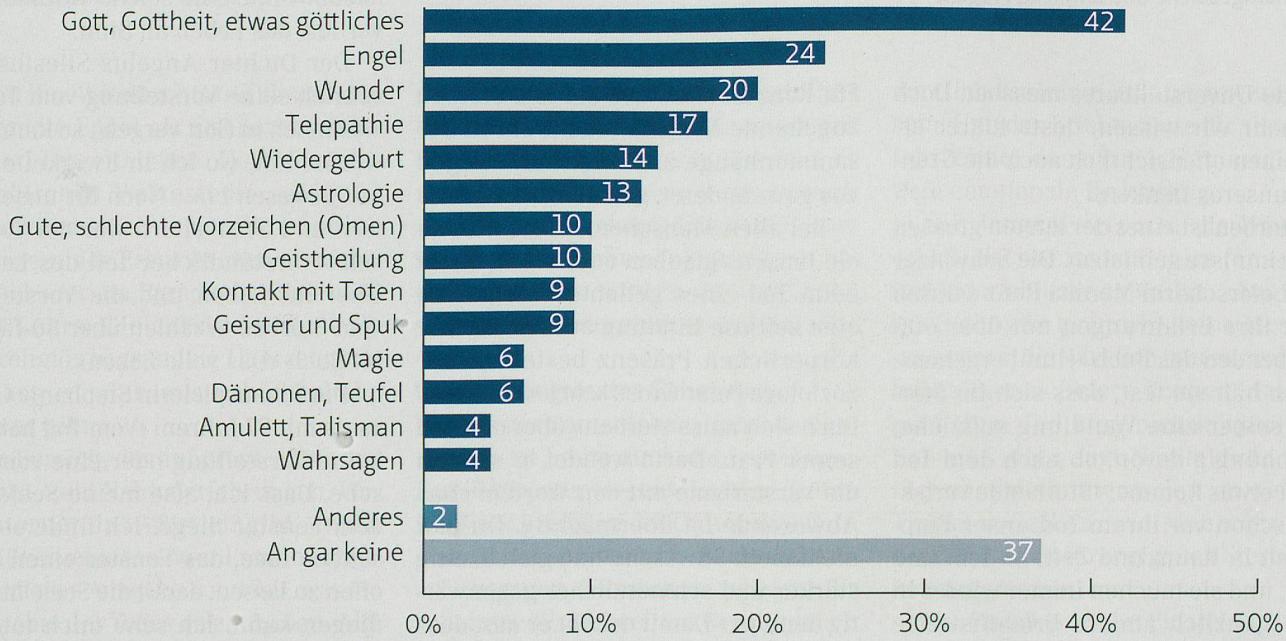
In der Schweiz glauben heute zwei Drittel an Geistwesen und Magie, besonders viele an Engel (siehe Grafik). Der Künstler Paul Klee, der sich selbst als «nicht religiös» bezeichnet hat, schuf rund 80 Engelsbilder, viele in den letzten Monaten vor seinem Tod. Es scheint, als hätte er den geflügelten Wesen auch diese Sätze gewidmet, die noch heute auf seinem Grabstein zu lesen sind: «Diesseits bin ich gar nicht fassbar. Denn ich wohne grad so gut bei den Toten wie bei den Ungeborenen. Etwas näher dem Herzen der Schöpfung als üblich. Und noch nicht nahe genug.»

Klees Engel treten nicht als vergeistigte Wesen auf, sondern als sehr irdische und alltagstaugliche. Er zeichnete einen vergesslichen, einen zweifelnden, einen weinenden Engel, aber auch einen blinden und gestürzten, einen wütenden und einen hässlichen. Ein Spruch aus der jüdischen Überlieferung sagt: «Einen Engel erkennt man immer erst, wenn er vorübergegangen ist.» ■

Weitere Infos zum Thema

Monika Renz, «Hinübergehen. Was beim Sterben geschieht», Verlag Herder 2016
 Gross Peter, «Ich muss sterben», Verlag Herder 2015
 Hell Daniel, «Die Wiederkehr der Seele. Wir sind mehr als Gehirn und Geist», Verlag Herder 2010
 Daniel Hell, «Seelenhunger. Vom Sinn der Gefühle», Verlag Herder 2009
 Susanna Schwager, «Das volle Leben, Frauen über achtzig erzählen», Wörterseh Verlag 2007
 Denise Battaglia, Ruth Hölzle-Baumann, «Gutes Leben – gutes Sterben», Schulthess Verlag 2013
 Boris Friedewald, «Die Engel von Paul Klee», Dumont Verlag 2011
 Dokumentarfilm: Edwin Beeler, «Die weisse Arche»; ein Film über den Umgang mit Sterben und Tod, Calypso Film AG 2016
 Sammlung und Erforschung von Nahtoderlebnissen: www.nahtod.ch und www.swiss-iands.ch

Viele glauben an Geistwesen und Magie



Vier von zehn Menschen glauben an eine Gottheit oder an etwas Göttliches. Doch der Anteil der Menschen, die an nichts dergleichen glaubt, wächst.

Umfrage Link-Institut von 2014, 1250 Personen zwischen 15 und 75.

«In diesem Licht zu sein, war das Beste, was ich je erlebt habe.»

Nicole Züllig (67), Psychologin und Traumatherapeutin, Zürich



Im Arbeitsraum von Nicole Züllig hängt ein grosses Bild mit einem Lichtkreis. «Das habe ich aus der Erinnerung gemalt», sagt sie. Mit 16 Jahren wurde sie in Mailand mit Asthma ins Spital eingeliefert. Sie erzählt: «Ich bin aus meinem Körper herausgetreten und begann zu schweben, dann wurde ich wie magnetisch von einem Licht angezogen.» Die Rückkehr erlebte sie als seelisch sehr schmerhaft und verdrängte das Erlebte über 17 Jahre lang. Doch es bestimmte ihre Berufswahl mit. «Ich habe danach immer versucht, Antworten zu finden», sagt sie. Nach dem Psychologiestudium machte sie Weiterbildungen in Familientherapie. In den USA hörte sie dann erstmals von Nahtoderfahrungen. «Das erklärte endlich mein Erlebnis und veränderte mein Leben.» Fortan setzte sich die Psychologin zum Ziel, die beiden Ebenen des Ausserkörperlichen und des Körperlichen zusammenzubringen. Sie begann sich mit Traumatherapie zu beschäftigen. «Nahtoderfahrungen federn ja ein traumatisches Erleben ab, wenden es in etwas Positives», erklärt sie. «Dieses Wissen ist ungemein tröstlich für uns Menschen, weil die meisten grosse Angst vor dem Tod haben.»

Nicole Züllig leitete jahrelang in den USA eine Gruppe der Internationalen Gesellschaft für Nahtodstudien (IANDS) und gründete 2014 mit Kollegen eine Schweizer Sektion. Sie habe auf viele Lebensfragen Antworten erhalten, sagt sie: «In dieses Licht hineingezogen zu werden, war eine riesige Freude und das Beste, was ich je erlebt habe.»

www.nicole-zuellig.ch / www.swiss-iands.ch



«Ich kann Sterbenden jetzt Zuversicht vermitteln»

Monika Dreier (63), Pflegefachfrau Akutgeriatrie, Zug

Vor elf Jahren wurde Monika Dreier auf einer Skitour von einer Lawine verschüttet. «Ich hatte fürchterliche Todesangst», erinnert sie sich. «Dann öffnete sich mir ein Blick ins Jenseits.» In ihrem Buch «Die Lawine» beschrieb sie das Erlebte: Sie konnte von lieben Menschen Abschied nehmen und sah auf ihr Leben zurück. «Alles fügte sich zu einem Sinn», erklärt sie heute. Sie wurde von einer Gestalt aus Licht in einen Zustand von Geborgenheit, Liebe, Zufriedenheit und Glück begleitet.» Nach einer halben Stunde kam die Rettung. Monika Dreier trug Verletzungen davon, und eine Folge war, dass sie bis vor einem Jahr fast täglich unter starken Kopfschmerzen litt.

«Anfangs war ich nicht froh über die Rettung», sagt sie heute. Doch das Nahtoderlebnis habe ihr Leben vollständig

verändert; nach und nach konnte sie das Jenseits ins Diesseits integrieren. «Vorher war ich eine Suchende, heute ist da eine Gewissheit, dass alles gut wird», erklärt die Grossmutter von sechs Enkelkindern. Verschwunden war ihre Todesangst, von der sie sagt: «Sie war seit meiner Kindheit manchmal so stark, dass sie mich am Leben hinderte.» Die Veränderungen prägten auch ihre Arbeit als Pflegefachfrau in der Akutpflege für Menschen mit Demenz. «Ich kann Sterbende und Angehörige jetzt aus eigener Erfahrung durch die verschiedenen Phasen des Sterbeprozesses begleiten und ihnen Zuversicht vermitteln.» Über diese Erfahrungen schrieb sie ihr zweites Buch: «Aber Sterben werde ich gut».

www.wartmann-natuerlich.ch

«Geblieben ist das starke Gefühl, dass wir Menschen gehalten sind»

Samira Henning (52), Yogalehrerin, Zürich

Das lichtdurchflutete Yoga-Studio von Samira Henning ist heute ein Abbild ihres Lebens. Mit 20 Jahren, kurz vor Beginn ihrer Ausbildung als Tänzerin, wurde sie von einem Auto angefahren. Sie erzählt: «Zuerst schwebte ich über der Unfallstelle, dann zog es mich mit aller Macht zu einer Art lebendigem Licht hin.» Doch dann sei sie von einem Geistwesen aufgehalten worden. «Wir flogen über eine Stadt und mein Begleiter zeigte mir, dass die Menschen dieses Licht in sich tragen.» Nach dem Unfall verschwieg Samira Henning das Erlebte. Heute sagt sie: «Nie habe ich den Blick über den Tod als etwas erlebt, das mit Gott im Sinne von Religion zu tun hat. Ich bin in einem Pfarrhaushalt aufgewachsen mit Bildern von Sünde und Gericht.» Nach der Rückkehr ins Leben habe sie anfangs immer wieder Todessehnsucht verspürt. Sie musste das Tanzen wegen Schmerzen aufgeben. Auf einer Reise nach Indien entdeckte sie dann Yoga als ihre Berufung. Noch heute leidet die Mutter von zwei erwachsenen Kindern hin und wieder an Spätfolgen des Unfalls. Sie sagt: «Die Rückenschmerzen halten präsent und zwingen dazu, mich weiterzuentwickeln.» Vom Nahtoderlebnis blieb ihr das starke Gefühl, dass wir Menschen gehalten sind. «Es hatte für mich etwas unglaublich Befreiendes.» 2016 veröffentlichte sie das Buch «Die Seele will atmen» über ihre Erfahrungen und die heilende Wirkung von Yoga. Sie sagt: «Nach mehr als 30 Jahren machte ich darin meine Nahtod erfahrung öffentlich.»

www.premayoga.ch





«Ich möchte Menschen helfen, ihr eigenes Potenzial auszuschöpfen»

Maya Muraro (57), Begleiterin für Licht-, Bewusstseins- und Seelenarbeit, Stäfa

In der Wohnung fallen als Erstes die farbigen Lichtsäulen auf. Maya Muraro lag 2003 als Folge einer schweren Lungenentzündung fast drei Wochen im künstlichen Koma. Sie hatte ausserkörperliche Wahrnehmungen von dem, was um sie herum geschah, und erinnerte sich später an Besucher und an Gespräche der Ärzte. Sie sah aber auch die eigenen Fehler im bisherigen Leben. «Dann schwebte ich in die Höhe einem unvergleichlich schönen Licht entgegen, das jede Zelle durchdrang und Liebe, Frieden und Freude verströmte», erzählt sie. Und fügt an: «Zurückgezogen ins Leben haben mich die tiefe Liebe zu meinen drei Kindern und der Wunsch, mitzuerleben, wie sie sich weiterentwickeln.» Die Rückkehr war aber nicht einfach, und sie wünschte sich mehrmals, einfach wieder in dieses Licht eintauchen zu kön-

nen. «Doch dann erkannte ich, dass ich die beiden Welten zusammenbringen und das Bewusstsein für das göttliche Licht und die Liebe weitergeben konnte», erklärt sie. Sie begann Lichtsäulen und Lichtbilder zu gestalten und Lichtmeditationen anzubieten. Nach mehreren Aus- und Weiterbildungen, unter anderem auch in Traumaverarbeitung, bietet sie heute Einzel- und Gruppenarbeit zu verschiedenen Bewusstseinsthemen an. «Es geht mir darum, Menschen zu helfen, ihr eigenes Potenzial auszuschöpfen und frei zu leben.»

Der Blick ins Jenseits nahm Maya Muraro die Todesangst. «Tod bedeutet für mich, wieder in dieses Licht hineinzugehen und ein Teil des ewigen Bewusstseins zu sein.»

www.lichtregenbogen.com