

»Im Jenseits war ein Licht«

TV-TIPP

zum Thema

Blick ins Jenseits

Menschen, die fast gestorben wären, schildern in dieser spannenden Dokumentation ihr Nahtod-Erlebnis.

SA 22.10 Vox

»Alles lief wie im Zeitraffer«

Sabine Mehne (55) aus Darmstadt war umhüllt von einem besonderen Licht



Peng! Von einer Sekunde zur anderen wurde Sabine Mehne während einer Untersuchung im Krankenhaus hinauskatapultiert aus ihrem Körper. „Ich wollte raus aus meiner kranken Hülle, den Schmerzen entfliehen, deren Ursache monatelang kein Arzt finden konnte“, sagt die 55 Jahre alte Familientherapeutin. Eine Kraft habe sie gezogen – während sie bei vollem Bewusstsein war. „Ich war plötzlich Teil eines Lichts, da war kein Raum, keine Zeit, nur noch grenzenlose Freiheit, Frieden und Liebe“, schreibt Sabine Mehne in ihrem Buch „Licht ohne Schatten“ (Patmos-Verlag). Vergessen war ihre rätselhafte Erkrankung, „die den Tod im Gepäck hatte“, wie die damals 38 Jahre alte Mutter dreier Kinder instinktiv wusste. Wie im Zeitraffer sei ihr Leben an ihr vorbeigerauscht. „Alles Schöne und alles Schmerzliche wurde von dem Licht aufgenommen“, sagt Sabine Mehne. Viel zu schnell musste sie wieder zurück in ihren kranken Körper. „Das war grausig, denn ich spürte sofort wieder die Schmerzen.“ Aber das Erlebnis habe ihr Leben gerettet. Denn wenig später erfuhr sie die Diagnose: Sie litt an einem hochmalignen Non-Hodgkin-Lymphom, einer aggressiven Krebsart. Und überlebte.

Gibt es ein Leben nach dem Tod? Wir haben drei Menschen gefragt, die nach einem Unfall oder einer schweren Erkrankung eine erstaunliche Reise unternommen haben

»Meine längst verstorbenen Großeltern hießen mich willkommen«

Christine Stein (32) aus Lütz im Hunsrück war 23 Minuten klinisch tot

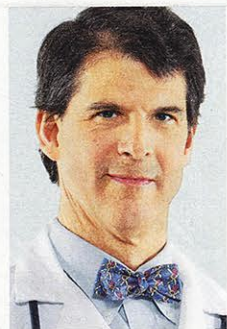
Bei einer Notoperation nach einem schweren Autounfall geschah es: Die damals 19 Jahre alte Christine Stein befand sich plötzlich außerhalb ihres Körpers, sah sich von oben mit offenem Brustkorb auf dem OP-Tisch liegen und die Ärzte um ihr Leben kämpfen. Dann begann die Reise, die die junge Frau „an einen besonderen Ort“ führte. „Ich wurde von einem Licht geblendet, war von einer wohlthuenden Wärme umgeben und

befand mich plötzlich auf einer Wiese mit Blumen und Bäumen“, erzählt die 32-Jährige. „Von Weitem sah ich meine längst verstorbenen Großeltern auf mich zukommen, sie riefen meinen Namen, begrüßten mich und zeigten mir ihr Reich.“ Christine Stein ist sich sicher, dass sie sich im Himmel befand. „Das war eine friedliche Welt. Da war kein Lärm, kein Gestank, keine Angst. Alles war in zarte Pastellöne getaucht und die

»Es ging durch einen langen Tunnel«

Dr. Eben Alexander (59) blickte während eines Komas in die Ewigkeit

Der US-amerikanische Neurochirurg fiel 2008 infolge einer Hirnhautentzündung ins Koma – keiner glaubte mehr an seine Genesung, doch Eben Alexander überlebte. Das eigentliche Wunder geschah aber, als er fast tot war. In seinem Buch „Blick in die Ewigkeit“ (Ansata-Verlag) berichtet der Mediziner aus Boston von seiner Nahtod-Erfahrung. Er sei in eine erschreckend reale Welt eingetaucht und habe sich zunächst im „Reich der Regenwurm-perspektive“ befunden: ein rotbraunes Meer aus Objekten, die aussahen wie Wurzeln und „Blutgefäße in einem gewaltigen, schlammigen Mutterleib“. Tief in der Erde habe er gesteckt, aus der groteske Tiergesichter hervorkamen, die „stöhn-



ten, krächzten und verschwanden“. Sprache, Gefühle, Logik – alles sei weg gewesen. Es habe nach Kot, Blut und Erbrochenem gerochen – kein Ort zum Verweilen! Es ging weiter durch einen Tunnel in üppig grüne Landschaften. „Ich flog über Bäume, Felder und Menschen, die sangen und im Kreis tanzten“, schreibt Eben Alexander. Schließlich erreichte er über rosa-weiße Wolken das „Zentrum“, wo er Gott selbst begegnet sei. „Er kannte mich in- und auswendig und sprudelte über vor Wärme, Mitgefühl, Pathos – ja sogar Humor und Ironie.“ Für den Gehirnspezialisten, der Nahtod-Erfahrungen bis zu diesem Zeitpunkt für Fantasien hielt, ist sein Erlebnis „der Beweis für ein Leben nach dem Tod“.

Was ich im Leben gelernt habe...

Prominente verraten die vier Lebensregeln, die ihnen wirklich am Herzen liegen. Diesmal Schauspielerin **Maren Gilzer (53)**



Auf Wunsch meiner Eltern habe ich als junges Mädchen technische Zeichnerin gelernt, dann aber schnell gemerkt, dass das nichts für mich ist. Ich hatte künstlerische Ambitionen, wurde Model und kam dann zum Fernsehen. Für meine Familie war ich damit ein Exot. Alle hatten bodenständige Berufe. Mein Vater war Fußbodenverleger, meine Mutter Buchhalterin. Genau das erdet mich heute: Wenn ich nach Hause komme, komme ich immer wieder in ganz normale Kreise mit ganz normalen Menschen und ganz normalen Themen. Das ist mir wichtig:

Sei zufrieden mit dem, was du hast Oft denkt man, dass es andere besser getroffen haben. Aber ist das wirklich so? Meine Erfahrung ist, dass man viel entspannter lebt, wenn man sich nicht ständig vergleicht, sondern sich bewusst macht, was man hat, und das in vollen Zügen genießt. Uns geht es doch gut! Wir leben in Deutschland, wo es keine Kriege gibt, wo wir genug zu essen haben, wo wir medizinisch gut versorgt sind.

Lass dich von Rückschlägen nicht unterkriegen Es kann nicht immer alles auf Anhieb klappen, es kann nicht immer aufwärts gehen. Das sollte man auch mal akzeptieren, anstatt in Selbstzweifel zu verfallen. „Keiner will mich, keiner liebt mich“ – solche Gedanken bringen nicht weiter. Stattdessen sollte man sich sagen, dass die Zeit vielleicht noch nicht reif war, und die Niederlage als Chance sehen, noch mehr zu wachsen.

Immer schön freundlich bleiben! Mein Motto ist „Kill it with love“. Frei übersetzt: Verändere durch Liebe und Freundlichkeit. Das habe ich in meiner Zeit beim Fernsehen gelernt. Wenn man Miesepetern mit schlechter Laune begegnet, wird die Stimmung nicht besser. Deshalb habe ich es irgendwann mal andersherum probiert: Ich war ganz besonders freundlich zu einem zickigen Kollegen, den keiner so richtig mochte. Und siehe da: Er wurde viel freundlicher zu mir – und auch zu allen anderen!

Denke an die, denen es nicht gut geht Kürzlich war ich in einer Leipziger Klinik mit krebserkrankten Kindern, wo ich versucht habe, ein wenig Freude zu bereiten. Das Schicksal dieser kleinen Patienten hat mich tief bewegt. Ich habe inzwischen auch das dritte Patenkind in einem SOS-Kinderdorf: eine von vielen Möglichkeiten zu helfen ...

Maren Gilzer spielt in der ARD-Serie „In aller Freundschaft“ (Di., 21 Uhr) Krankenschwester Yvonne Habermann.



Menschen waren glücklich.“ Doch es sollte nur bei einem Besuch bleiben. „Meine Großeltern sagten, dass ich mich verabschieden müsse, weil ich auf Erden noch eine Aufgabe zu erfüllen hätte“, sagt die Erzieherin, die ihr Nahtod-Erlebnis in dem Buch „Like an Angel – Einmal Himmel und zurück“ (Wolkenstein-Verlag) schildert. „Der Tod ist nichts Schlimmes“, sagt sie. „Es geht weiter in einer anderen, wunderschönen Welt.“