

ELISABETH KÜBLER-ROSS

Sehnsucht nach
Hause

Woher kommen wir, wohin gehen wir?



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright © Elisabeth Kübler-Ross Family Limited Partnership
Copyright © der deutschen Ausgabe 1997 Verlag »Die Silberschnur«
GmbH; 1.–6. Auflage erschienen unter der ISBN 978-3-931652-21-0

ISBN: 978-3-96933-027-2

1. überarbeitete Auflage 2022

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim
Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung
eines Motivs von © LedyX, www.shutterstock.com und der Illustration
von Gundala Lüttel-Koch, Berlin
Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de



Vorwort

Dies vorliegende Büchlein der berühmten Ärztin und Thanatologin Elisabeth Kübler-Ross ist gerade einen Tag vor dem Schlaganfall der Autorin beendet worden – und war zugleich ihr Vermächtnis. Elisabeth Kübler-Ross starb 2004, um, wie sie es ausdrückte, “zurück nach Hause zu gehen”.

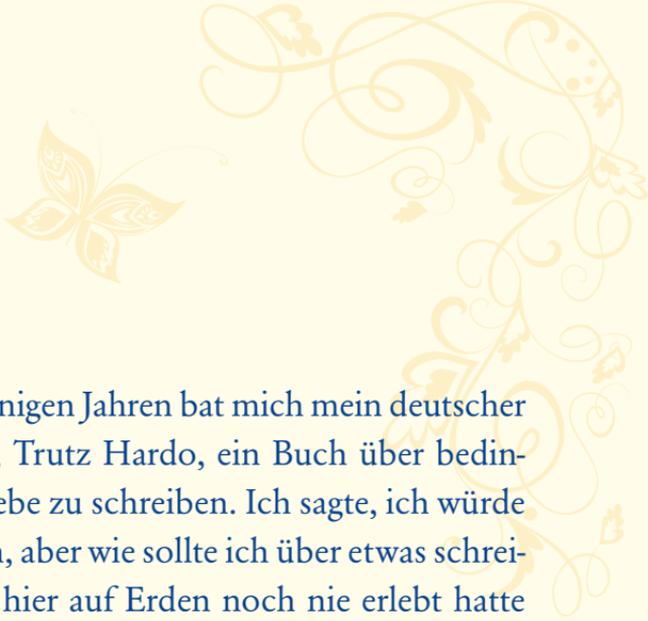
Sie hatte an den Betten der Sterbenden viel über das Leben nach dem Tod erfahren, denn viele waren fähig gewesen, schon vor dem letzten Atemzug einen Blick hinter den Schleier zu werfen. Was sie erlebten, war ein freudiges Erwartetwerden von ihren geliebten Angehörigen, die ihnen vorausgegangen waren. Diese berichteten ihnen von den Schönheiten des nachtodlichen Lebens oder ließen sie bereits einen Blick auf eine Welt voller Licht und Liebe werfen. Somit können wir verstehen,

dass die Autorin große “Sehnsucht nach Hause” hatte, durfte sie doch durch die Arbeit mit Sterbenden selbst schon den Schleier heben, um in diese lichtvolle Welt zu schauen.

Wir, liebe Elisabeth, danken dir für all dein Vertrauen, das du immer in uns als Verlag gesetzt hast. Wir wissen ganz sicher, dass du mit viel Freude und Liebe zu Hause angekommen bist.

In Liebe,
dein Verlag “Die Silberschnur”

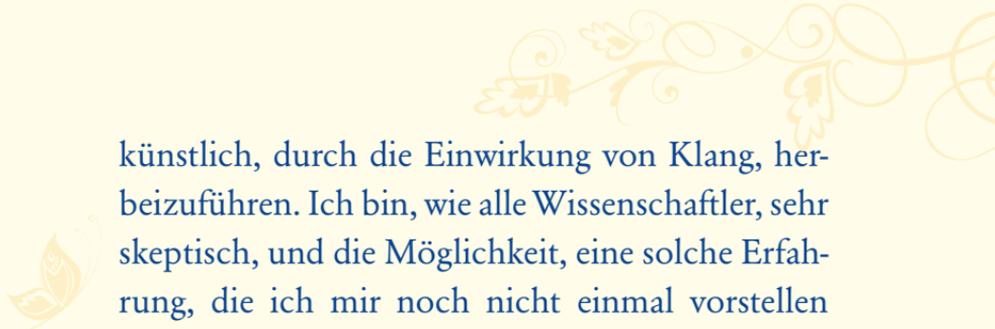




Vor einigen Jahren bat mich mein deutscher Herausgeber, Trutz Hardo, ein Buch über bedingungslose Liebe zu schreiben. Ich sagte, ich würde das gerne tun, aber wie sollte ich über etwas schreiben, das ich hier auf Erden noch nie erlebt hatte – auch wenn ich den Begriff des Öfteren benutze? Diese Form von Liebe gibt es nur in höheren Dimensionen, doch davon möchte ich Ihnen nun erzählen.

Während meiner Forschungsarbeit über das Leben nach dem Tod hatte ich ein außergewöhnliches Erlebnis. Da ich zur damaligen Zeit noch nichts über das “kosmische Bewusstsein” wusste, gab es für meine Erfahrung keinerlei Erklärung.

Es war am *Monroe Institut* in Virginia, als ich Robert Monroe zum ersten Mal über Erfahrungen außerhalb des Körpers sprechen hörte. Er war in der Lage, solche außerkörperlichen Erfahrungen



künstlich, durch die Einwirkung von Klang, herbeizuführen. Ich bin, wie alle Wissenschaftler, sehr skeptisch, und die Möglichkeit, eine solche Erfahrung, die ich mir noch nicht einmal vorstellen konnte, zu erleben, war sehr verlockend. So entschied ich mich, mit einer kleinen Gruppe von ebenso skeptischen Wissenschaftlern dieses Experiment mitzumachen. Ich war entschlossen, auf meine eigene Weise damit zu experimentieren. Außerdem versprach Monroe, sich nicht einzumischen. Er war sehr großzügig und sichtlich erfreut darüber, dass ich gekommen war.

Jeder von uns – wir waren 5 oder 6 an der Zahl – lag auf einem Wasserbett, und durch Ohrhörer lauschten wir Klängen, die für uns nicht identifizierbar waren. Ich hatte den Verdacht, dass unterschwellige Botschaften auf der Kassette waren, aber Monroe stritt dies entschieden ab. Als wir mit dem Experiment anfangen und er uns aufforderte, uns zu fokussieren, verließ ich meinen Körper. Ich hatte so etwas noch nie erlebt und fand es sehr aufregend. Sobald ich die Zimmerdecke erreicht hatte, beschloss ich, auf eigene Faust weiterzuma-



chen. Ich wollte die Anzahl der Schichten der Decke herausfinden und später dann ein Loch durch die Decke bohren und überprüfen, ob meine Beobachtungen stimmten. Doch als ich an der Decke schwebte, rief Monroe mich zurück und sagte: “Elisabeth, Sie gehen zu weit.” Ich war sehr wütend auf ihn, denn ich wollte weitermachen.

Dieses erste Experiment war nach zwei Stunden beendet, doch wir konnten es ein zweites Mal wiederholen. Bevor wir den zweiten Versuch starteten, fasste ich im Stillen den Entschluss: “Dieses Mal werde ich mich schneller fortbewegen als das Licht und weiter gehen, als es je einem vor mir möglich war.” Kaum hatte Monroe mit dem Experiment begonnen, war ich auch schon in der horizontalen Lage, und es schien mir, als würde ich Tausende von Meilen reisen. Dann kam mir der Gedanke, mich wohl besser nicht in der Horizontalen fortzubewegen, denn ich könnte ja gegen eine Wand prallen. Wie gesagt, das alles war noch Neuland für mich. Allein schon der Gedanke, meine Lage ändern zu wollen, veranlasste meinen Körper, sich sofort aufzurichten. Dass ich allein durch meine



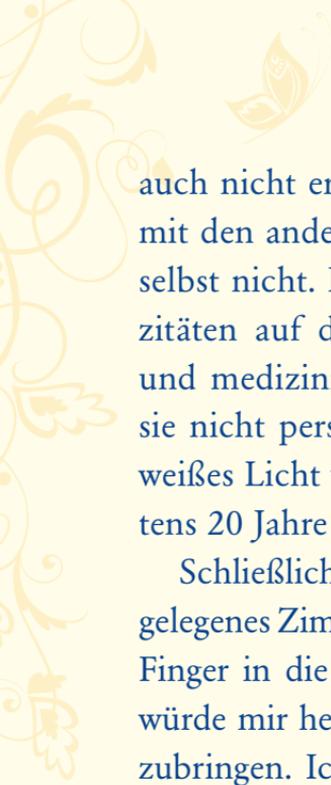




Gedanken die Richtung verändern konnte, beeindruckte mich sehr. Und ich bewegte mich tatsächlich schneller als das Licht.



Als ich zurückkam, hatte ich keinerlei Erinnerung mehr, wo ich gewesen war und was ich erlebt hatte. Nur eines wusste ich: Ich war vollkommen verändert. Vor diesem Erlebnis hatte ich aufgrund einer Geschwulst große Unterleibsschmerzen gehabt. Die Schmerzen waren kaum auszuhalten gewesen, und so hatte ich Medikamente einnehmen müssen, nur um überhaupt ausgestreckt auf dem Bett liegen zu können. Nach meiner Rückkehr waren die Schmerzen verschwunden. Ich wusste, ich war geheilt. Ein Bandscheibenvorfall hatte mir ebenfalls große Pein bereitet, ich hatte nicht einmal eine Kasette vom Boden aufheben können. Nun fühlte ich mich wie Herkules: stark, belebt, jung und gesund. Ich hätte einen hundert Pfund schweren Zuckersack heben können. Alle bemerkten die Veränderungen und wollten wissen, was passiert war. Aber ich sagte nur: "Ich habe keinerlei Erinnerung mehr an das, was geschehen ist." Sicherlich wollte ich mich in diesem Moment



auch nicht erinnern, da ich mein Erlebnis nicht mit den anderen teilen wollte. Ich verstand es ja selbst nicht. Diese Leute waren alle große Kapazitäten auf dem Gebiet der wissenschaftlichen und medizinischen Forschung, aber ich kannte sie nicht persönlich. Sie erzählten mir, dass ein weißes Licht von mir ausstrahle und ich mindestens 20 Jahre jünger aussehe.

Schließlich führten sie mich in ein kleines, abgelegenes Zimmer und forderten mich auf, meinen Finger in die Mitte meiner Stirn zu halten. Das würde mir helfen, die Erinnerung wieder zurückzubringen. Ich tat alles, was sie mir sagten, aber nichts geschah. Da es schon spät war, gingen sie schließlich zu ihren Hotels zurück, und ich bekam eine Unterkunft in einem kleinen Privatquartier in den Bergen. Das Haus wurde "L-Haus" genannt und war wunderschön. Es sah orientalisch aus und war nur besonderen Gästen vorbehalten. Ich hatte es ganz für mich allein. Das Haus bestand aus einem einzelnen, sehr großen, luftigen Raum, der eine sonderbare Ausstrahlung hatte. Ich war zum ersten Mal in den Bergen von Virginia, alleine in

einer abgelegenen Gegend, etwa 20 Minuten zu Fuß vom Hauptgebäude entfernt.

Alles, was ich wusste, war, dass ich zu weit gegangen war. Es war mir nicht klar, was das bedeutete, aber ich hörte es laut und deutlich: “Du bist zu weit gegangen!” Ich wusste, es war meine eigene Überzeugung. Ich war eigensinnig gewesen, und ich hatte das Gefühl, dass es nicht richtig war, schneller als Licht sein zu wollen und weiter gehen zu wollen als jeder andere vor mir. Es war keine Warnung und kein Tadel, sondern einfach eine Feststellung, und das bedeutete für mich: “Wenn du einmal dort gewesen bist und zurückkehrst, kannst du nie wieder das sein, was du vorher warst.”

Als ich das Haus betrat, hatte ich das unbehagliche Gefühl, als ob als Folge meines arroganten Verhaltens ein Unheil in der Luft liegen würde. Aber da ich die Sache angefangen hatte, würde ich sie auch zu Ende bringen.

Es war ein sehr merkwürdiges Haus. Als ich mich schlafen legte, hatte ich das untrügliche Gefühl, nicht allein zu sein. Ich sah jedoch niemanden und hörte auch niemanden. Vergessen Sie



nicht, ich war eine sachliche, rational denkende Wissenschaftlerin und glaubte nicht an geistige Führer oder Schutzengel. Dennoch war ich absolut sicher, nicht allein in dem Haus zu sein, weshalb ich mich nicht ganz auszog und erst recht kein Bad und keine Dusche nahm, weil ich dabei nicht beobachtet werden wollte. So kroch ich, mit meiner Unterwäsche bekleidet, ins Bett. Ich fühlte mich wie ein Angsthase.

Ich war sehr unruhig und vermied es einzuschlafen. Eine innere Stimme sagte mir, dass etwas passieren würde, wenn ich einschlief. Aber gegen zwei oder drei Uhr morgens war ich dann doch so müde, dass ich mich nicht mehr länger wach halten konnte. In dem Moment, als ich eingeschlafen war, brach die Hölle los – ein Albtraum, der mit Worten nicht zu beschreiben ist. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich Tausende von Patienten leiden und viele sterben sehen. Ich hatte ein sehr persönliches Verhältnis zu meinen Patienten und liebte sie sehr. In dem, was nun geschah, durchlitt ich buchstäblich den Tod jedes einzelnen meiner Patienten. Ich hatte Bauchschmerzen,

Kopfschmerzen und konnte kaum atmen. Die Schmerzen waren einfach unbeschreiblich. Ich nahm deutlich wahr, was in meinem Körper vor sich ging und wo die Schmerzen herkamen. In meiner Pein wünschte ich, jemand würde mir seine Schulter reichen, damit ich meinen Kopf anlehnen könnte. Ich fühlte mich wie eine Frau, die ein Kind erwartet und in den Wehen liegt. Das Atmen wurde immer schwieriger und klar denken konnte ich auch nicht mehr. Ich wusste nur, dass ich die linke Schulter eines Mannes brauchte, um mich anzulehnen. Und dann hörte ich diese laute, donnernde Männerstimme. Sie war überall, neben mir, über mir, innerlich und äußerlich, und sie rief: "Es soll dir nicht gewährt werden." Ich weiß, dass Gott weder eine Frau noch ein Mann ist, aber das war eindeutig eine harte, männliche Stimme. Ich wollte schon sagen: "Ich habe so vielen Menschen meine Schulter geboten, um ihnen Trost zu geben. Ich denke, ich habe es jetzt verdient, dass wenigstens einer mir hier beisteht." Aber ich hatte weder die Kraft noch die Energie, es auszusprechen.