



Kurt Spalinger-Røes

Der Tod

Kurt Spalinger, geboren 04.11.1950, 22.50 Uhr – gestorben vor 2050
Eine Wegleitung zur Endlichkeit.

Wir kennen unser Geburtsdatum, möglicherweise noch die Geburtszeit, aber unseren Todeszeitpunkt, den kennen wir nicht. Ich kann nicht davon ausgehen, dass ich ein «Supperager» werde und das Leben, wie es sich für mich jetzt darstellt, auch in Zukunft noch so sein wird.

Seit dem Erscheinen des Homo sapiens auf der Erde sind etwa 100 Milliarden Menschen verstorben. Alle ca. 8 Milliarden noch lebenden Menschen und alle zukünftig geborenen Menschen, werden genauso sterben wie ihre Vorgänger.

Alles, was lebt, stirbt. Der Tod stellt die Rückkehr zum Gleichgewicht gegenüber dem Chaos der Aussenwelt dar.

Todesursachen lassen sich in vier Kategorien einteilen: Todesfälle aufgrund von Krankheiten, Todesfälle aufgrund von Infektionen

wie Viren und Bakterien, Todesfälle aufgrund von Gewalteinwirkung (auch Suizid) und Todesfälle durch Gifteinwirkung.

Todesfälle sind immer die Folge eines physiologischen Stillstands der Vitalfunktionen des Organismus aufgrund eines Sauerstoffmangels. Körperzellen sind auf eine kontinuierliche Sauerstoffzufuhr angewiesen.

Wir verfügen über ein Bewusstsein, um den Tod wahrzunehmen. Dies hat damit zu tun, dass der Mensch im Gegensatz zu Reptilien ein Gehirn ausgebildet hat, das fähig ist zu denken, ein Bewusstsein und Gefühle zu entwickeln. Was wir als «Tod» bezeichnen, ist folglich der irreversible Verlust der Gehirnfunktionen, die unsere Einzigartigkeit ausmachen.

«Wenn ich sterbe, bewegt sich alles wie immer, aber ohne mich!»

Kurt Spalinger

Wir können die Geburt nicht bewusst wahrnehmen und werden auch den Tod nicht bewusst wahrnehmen können. Der Philosoph Søren Kierkegaard beschreibt in seinem Buch «Die Krankheit zum Tode», wie wir den Sterbeprozess als eine Verzweiflung wahrnehmen und der Endlichkeit ausgeliefert sind. Es bleibt uns also die Option, uns gegenseitig beim Sterben zuzusehen...!

Physikalisch betrachtet besteht Leben aus kosmischen Wellen und vitalen Schwingungen. So hat es vor fast 100 Jahren Georges Lakhovsky in seinem Buch «Das Geheimnis des Lebens – Wie Zellen miteinander reden» beschrieben und dies experimentell

auch nachgewiesen.

Ebenso interessant sind die Erkenntnisse von Gerhard Häberli. In seinem Buch «Die Einheit von Kosmos,

Atom und Geist» und weiter im Buch «Die Berührung» beschreibt er, wie alles in Bewegung ist.

Was bedeutet das nun für mich – für uns? Das Lebensgefühl, das ich jetzt verspüre, kann sich Jahr für Jahr, ja auch schon Tag für Tag, den physikalischen Gesetzen folgend, verändern.

Unsterblichkeit ist weder unter physischen noch unter biologischen oder evolutionären Aspekten sinnvoll. Die Entwicklung des Lebens wurde nicht durch Zellen vorangetrieben, die lange Zeit überleben konnten, sondern durch Zellen, die fähig waren, sich schnell zu reproduzieren, bevor die Anhäufung von Schäden unweigerlich zu ihrem Tode führten.

Der wahre Motor der Evolution ist die Fort-

Du erhältst dieses «Dänkmümpfeli», weil ich davon ausgehe, dass Du an meinen Arbeiten interessiert bist und weil Du als eine mir bekannte Persönlichkeit in meiner privaten Datenbank registriert bist. Solltest Du kein Interesse mehr haben, so bitte ich Dich, dieses Mail mit dem Vermerk «bitte abmelden» zurückzusenden.

Kurt Spalinger-Røes, Aeschstrasse 13, CH-5610 Wohlen, www.bulmo.ch, Unterstützung mit TWINT 079 661 74 70 «DM»



pflanzung, denn durch sie entstehen neue Organismen, die jünger und anpassungsfähiger an die Veränderungen der Aussenwelt sind. So paradox es erscheinen mag: Der Tod ist die Voraussetzung dafür, dass sich das Leben voll entfalten konnte und kann.

Wir sterben laufend ohne es zu spüren. Es wird, sobald dies notwendig erscheint, durch einen ausgeklügelten Mechanismus, einer Selbstzerstörung in jeder Zelle, ein regelrechtes «Ritualopfer» ausgelöst. Dieses Zellopfer, wissenschaftlich als «Apoptose» bekannt, besteht in einer vollständigen Auflösung der Zelle durch die Aktion von «Todesenzymen», den Caspasen. Sie ermöglichen dem Organismus den kontrollierten Abbau der sterbenden Zelle, ohne dass in ihrer Umgebung eine Entzündungsreaktion durch toxische Zellbestandteile entsteht. Man kann sie als regelrechte Molekular-Skalpelle bezeichnen, die die Bestandteile der Zelle systematisch zerstückeln. Besonders ausgeprägt ist diese Funktion bei Tieren.

Der Wunsch nach einem langen Leben macht nur Sinn, wenn es uns gelingt, sich jeweils altersgerecht zu verhalten. Dazu gehört, dass wir auf eine artgerechte Ernährung achten. Dies bedeutet nicht, den jeweiligen Ernährungstrends zu folgen, sondern sich mit den ursprünglichen, naturbelassenen, artgerechten Lebensmitteln zu ernähren. Zudem sollten wir unser Fitness-Programm so wählen, dass wir möglichst die Muskelkraft erhalten können, um eine Sturzgefahr zu mindern. Ebenso ratsam ist es, mit Spaziergängen oder Wanderungen in Bewegung zu bleiben.

Doch auch mit einem optimalen Ernährungs- und Fitnessplan können wir nicht

davon ausgehen, dass unsere späteren Lebensjahre so sein werden, wie wir sie heute empfinden.

Nebst den physischen Voraussetzungen ist ein sozialer und stressfreier Umgang mit anderen und sich selbst entscheidend.

Wenn wir von einem langen Leben träumen, dann berücksichtigen wir nicht die Tatsache, dass solche zusätzlichen Lebensjahre nicht jetzt stattfinden, sondern «hinten» angehängt werden – dort, wo wir vielleicht mit dem Rollator oder anderen Gehhilfen unseren Alltag verbringen.

Sterben ist nichts Tragisches. Alles bewegt sich wie immer, aber ohne mich!

Immer wieder wird über Nahtoderfahrungen berichtet. Bei einem Herzstillstand wird das Hirn nicht mehr durchblutet – der Blutdruck sinkt ab und der Mensch wird bewusstlos. Dieser Zustand löst in unserem Bewusstsein eine Spur der absoluten Befreiung aus. Oft werden Lichtobjekte oder/und Erinnerungen wahrgenommen und Schmerzen verschwinden.

Eine erfolgreiche Reanimation bringt uns dann wieder in die Gegenwart – in eine zuvor wahrgenommene Realität zurück. Eine Gegenwart, die aber nicht mehr den zuvor wahrgenommenen Denkmustern folgen muss.

Bei mir stellte sich das wie ein «resetten» dar, das noch Zugriff auf meine Vergangenheit – meine Erfahrungen – meine «Festplatte» hatte. Der Zugriff erfolgte aber nun mit einem differenzierteren Denkmuster.

Liebevoll konnte ich nun die Vergangenheit loslassen, um jedem weiteren gelebten Tag dankbar zu sein. Durch meine Nahtoderfahrung entwickelte ich ein Urvertrauen ins Planspiel des Lebens!

Sollten wir vielleicht alle einmal eine Nahtoderfahrung machen?

