

## Die Auflösung der 5 Elemente

(Auszug aus dem Buch „Die 7 Geheimnisse guten Sterbens von Dorothea Mihm)

### Das erste Stadium: Die Auflösung des Erdelements

Die aktive Sterbephase beginnt mit der Auflösung des Erdelements. Diesem Element sind zugeordnet: Knochen, Sehnen, Muskeln, Gelenke, Milz und Lippen. Es ist mit der Farbe Gelb und dem Nabelchakra verbunden.

Der Sterbende hat das Gefühl, als laste ein Berg auf ihm, eine tonnenschwere Macht, die ihn zu Boden presst. Er meint, erdrückt zu werden. Das ist ungeheuer beängstigend, und er bäumt sich dagegen auf, er möchte diese Last abschütteln. Eine unbezwingliche Unruhe erfasst ihn.

Das Gesicht wird blass und grau und der Glanz in den Augen erlischt. Die Stimme wird rau.

In dieser Phase verliert ein Mensch langsam die gesamte Kontrolle über seinen Körper. Es ist ein gewaltiger Prozess, der sich über Tage hinziehen, aber auch innerhalb weniger Sekunden oder Minuten ablaufen kann.

### Das zweite Stadium: Die Auflösung des Wasserelements

Der Sterbende liegt jetzt meist regungslos im Bett und hat keine Kraft mehr, sich zu bewegen. Die Muskeln sind schlaff und weich, der ganze Körper bekommt eine teigige Struktur. Aus Nase, Mund und Augen tropft unkontrolliert Wasser oder Schleim. Auch in der Lunge sammelt sich vermehrt Flüssigkeit

an. Der Atem wird röchelnd, was meist als „Todesrasseln“ bezeichnet wird. Als Außenstehender hat man das Gefühl, dem Sterbenden „stehe das Wasser bis zum Hals“ das ist aber nicht so.

Der Sterbende hat jetzt das Gefühl, nur noch von Wasser umgeben zu sein und darin zu ertrinken. Mehr und mehr trübt sich das Bewusstsein dabei ein, der Geist wird unklar und verwirrt.

Äußerlich erscheint der Sterbende jetzt ruhig. Das ist natürlich trügerisch, denn innerlich ist all das, was er in diesem Stadium erlebt, alles andere als ruhig!

Halluzinationen treten auf, oft erscheinen ihm bereits verstorbene Menschen, die er einmal geliebt hat oder die ihm vertraut waren. Manchmal versucht er sie anzusprechen, indem er ihre Namen haucht.

### Das dritte Stadium: Die Auflösung des Feuerelements

Das Feuerelement ist mit dem Hals- oder Kehlkopfchakra verbunden. Der Sterbende beginnt jetzt zu schwitzen. Es ist eine innere Hitze, der Sterbende würde am liebsten alle Decken von sich werfen-wenn er es noch könnte. Auch wenn er äußerlich ruhig erscheint, so ist er innerlich doch sehr aufgewühlt.

Manchmal hält dieses Stadium mehrere Stunden lang an, oft verläuft es aber auch sehr rasch, sodass man als Außenstehender kaum etwas davon merkt. Alle inneren Bilder, die der Sterbende hat, sind wie in rotes Licht getaucht. Nach einer Weile lässt das Wärmegefühl nach, als würde das Feuer versickern. Von Armen und Beinen ausgehend breitet sich über den ganzen Leib eine Eiskälte aus. Nach und nach

zeigen sich lila Flecken auf der Haut, zuerst an Unter- und Oberschenkeln, dann an den Armen und schließlich am Rumpf. Der Sterbende atmet jetzt nur noch schwach ein und aus, auch verlangsamt sich die Atmung deutlich.

### Das vierte Stadium: Die Auflösung des Luftelements

Das Luftelement ist mit dem Sakralchakra verbunden. Der Atem wird jetzt noch schwächer und langsamer. Nach einer Weile wird die Atmung arhythmisch: Die Einatmung verkürzt sich deutlich, während die Ausatmung immer länger wird, unterbrochen von langen Atempausen. Diese Pausen können einem so lang vorkommen, dass man denken könnte, der Tod sei eingetreten. Meist ist das aber noch nicht der Fall.

Innerlich hat der Sterbende das Gefühl, als wie er von einem starken Sturm umhergeschleudert wird. Alles um ihn herum erscheint grünlich verfärbt.

Der Körper wird jetzt völlig kalt. Nur die Region über dem Herzen strahlt noch etwas Wärme ab. Die Augen verdrehen sich nach oben in die Augenhöhlen hinein. In dieser Phase erstirbt jede Bewegung, noch nicht einmal der kleine Finger kann angehoben werden, kein Händedruck ist mehr möglich. Der Kontakt zur Außenwelt bricht ab.

Als Anzeichen für den Übergang in die Auflösung des Luftelements kann vor dem inneren Auge des Sterbenden ein grünliches Licht erscheinen, das flackert, als werde es vom Wind bewegt.

### Das fünfte Stadium: Die Auflösung des Raumelements

Dieses ist die letzte Phase des aktiven Sterbeprozesses, bei ihr löst sich das Kronenchakra auf. Damit schwindet alle Lebensenergie und zerstreut sich.

Es heißt, dass der Sterbende jetzt Visionen hat. (*Ich bin der Meinung, dass diese schon in den Vorstadien auftreten*).

Bald sind die letzten Atemzüge gekommen. Manchmal schnappt der Sterbende regelrecht nach Luft, manchmal tut er noch drei tiefe Atemzüge, um dann ein letztes Mal auszuatmen. Kurz darauf hört das Herz auf zu schlagen.

Nach medizinischen Maßstäben ist der Mensch jetzt tot.

Nicht so gemäß dem Tibetischen Totenbuch beziehungsweise dem Buddhismus. Sie gehen davon aus, dass die psychische Energie noch im Körper ist und sich erst in den nachfolgenden drei bis vier Tagen auflöst. Deshalb ist eine Aufbahrung von zwei bis drei Tagen so sinnvoll.

In dieser Zeit kommt es oft zu seltsamen Zeichen, als wolle die verstorbene Seele sich bemerkbar machen: Lichter gehen an oder aus, elektrische Birnen gehen plötzlich in Serie kaputt, Bilder fallen von der Wand, Abflussrohre verstopfen, kleine Gegenstände bewegen sich, ohne angefasst worden zu sein. Hat uns der Verstorbene sehr nahe gestanden, nehmen wir ihn manchmal noch unmittelbar wahr – wir fühlen seine Hand, seinen Atem, wir riechen seinen Duft, als stünde er direkt neben uns.