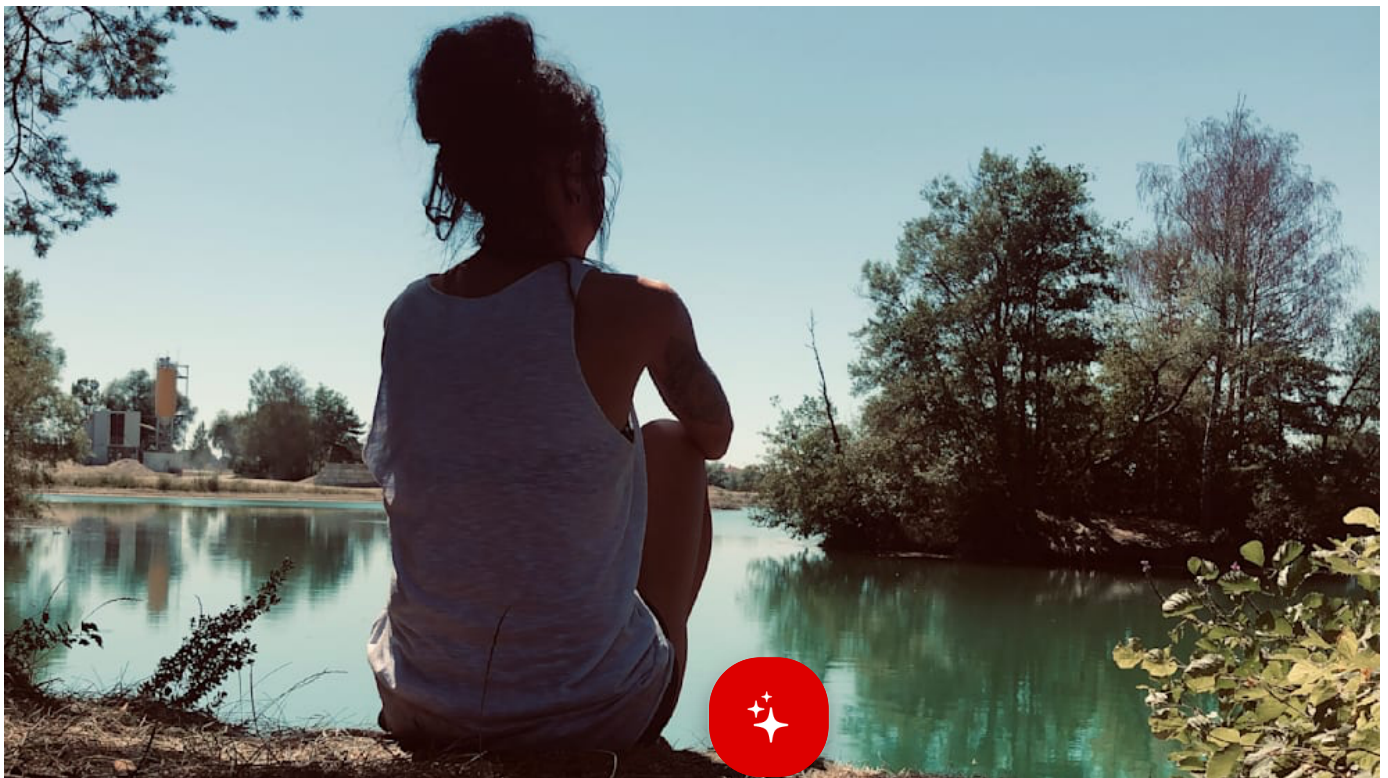


**BREAKING
NEWS****+++ LAUT PUTINS AUSSENMINISTER — GOETHE-INSTITUT IN RUSSLAND**NUR FÜR ABONNENTEN VON **Bild** +**Trost aus dem Jenseits?**

„Diese Worte kannte nur meine tote Mutter“

Nadine (34) glaubte nicht an Übersinnliches. Eine Begegnung in einer Trauergruppe veränderte ihren Blick darauf, was nach dem Tod kommen könnte



„Traurigkeit und eine tiefe Schwere begleiteten mich jeden Tag“, sagt Nadine über die Zeit, als ihre Mutter starb

Foto: Privat



**Julia
Finger**

03.09.2026 - 06:32 Uhr



Ein halbes Jahr nach dem Krebstod ihrer Mutter (†54) saß Nadine (damals 25) in einer Trauergruppe. In ihr arbeiteten Schuldgefühle und eine Menge Wut auf die Ungerechtigkeit des Lebens. „Fragen quälten mich, über das Sterben und auch über meine Mutter selbst. Ich haderte mit meinen eigenen Werten und hatte meinen Lebensmut verloren“, erzählt sie im BILD-Gespräch.

An diesem Abend besuchte Vanessa Spaleck die Gruppe. Sie arbeitet als spirituelles Medium und ist Trauerbegleiterin aus der Nähe von Ingolstadt (Bayern). Spaleck sagt, sie könne Botschaften aus dem Jenseits empfangen. Menschen buchen Sitzungen bei ihr, weil sie jemanden verloren haben und wissen wollen, ob nach dem Tod wirklich alles endet.

Wie eine liebevolle Umarmung

Nadine traute der Sache nicht. „Mein innerer Kritiker war skeptisch. Mein Verstand wollte nicht glauben, was er nicht kannte“, sagt die 34-Jährige. Aber je länger sie Spaleck zuhörte, desto stärker wollte sie hoffen. „Auf einen Beweis, dass Sterben nicht endgültig bedeutet, und dass meine Mutter vielleicht doch noch irgendwie da sein könnte.“

Dann geschah etwas, das für Nadine eindeutig genug war. Während Spaleck vor der Gruppe über Tod und Trauer sprach, spürte Nadine eine plötzliche Wärme, die ihren ganzen Körper durchströmte. „Es war wie eine liebevolle Umarmung, wie ich sie von meiner Mutter kannte.“ Völlig unerwartet beschrieb Spaleck die Persönlichkeit von Nadines Mutter. „So liebevoll und so treffend in dem, was meine Mama ausmachte, wie sie war und wie sie fühlte. Details, die niemand wissen konnte.“ Spaleck habe sogar einen Satz gesagt, den Nadine ihrer Mutter kurz vor dem Tod ins Ohr geflüstert hatte. „Worte, die nur zwischen uns beiden existierten.“

Das ist der Moment, in dem Skeptiker die Augenbrauen hochziehen und Trauernde die Luft anhalten.

„Jeder kann das, wenn man sich dafür öffnet“

„Für mich ist Medialität nichts Abgehobenes oder Mystisches“, sagt  Vanessa Spaleck (47). „Menschen haben schon immer mit ihren Verstorbenen gesprochen, sich Zeichen gewünscht oder gehofft, dass die Verbindung bestehen bleibt. Nur redet man oft nicht darüber.“ Das ist ihr Zugang: Sie macht das Unheimliche häuslich, und das seit über 25 Jahren. Ihr Anliegen sei, Tod und Trauer „bodenständig“ zu vermitteln. Spaleck ist zertifizierte Sterbeamtin und arbeitete auch einige Zeit beim Bestatter. Anfang des Jahres hat sie das  Buch „Ganz normal medial“ (Knaur) geschrieben.

Vor einer Sitzung möchte Spaleck so wenig wie möglich über die Menschen wissen, die zu ihr kommen. „In der medialen Arbeit ist es wichtig, die eigene Wahrnehmung gut zu kennen und zwischen meinen Gedanken und den Eindrücken aus der geistigen Welt unterscheiden zu können.“ Sie spüre Verstorbene über Gefühle, Bilder oder Gedanken. Auch körperliche Empfindungen seien möglich. Das begleite sie seit ihrer Kindheit, in ihren Zwanzigern sei das Gefühl stärker geworden. Sie ist überzeugt: „Jeder kann das, wenn man sich dafür öffnet.“



Trauerbegleiterin und Buchautorin Vanessa Spaleck (47) sagt, sie wolle den Tod bodenständig vermitteln
Foto: Anita Müller | anni's.art fotografie

Sie hält pure Verletzlichkeit in den Händen

Außenstehende können das schwer überprüfen. Gerade die überzeugendsten Momente sind privat: gemeinsame Erinnerungen, ein Satz, eine Geste. Für Angehörige kann das alles bedeuten, für andere bleibt es eine Erzählung. Spaleck: „Viele Menschen erleben intuitive Eindrücke. Die eigentliche Kunst besteht darin, das verantwortungsvoll einordnen zu können.“ Das Wort „Verantwortung“ fällt bei ihr oft. Wer mit Trauernden arbeitet, hält pure Verletzlichkeit in den Händen.

Psychologe und Theologe Dr. Joachim Nicolay zu BILD: „Nach dem Tod einer nahestehenden Person treten manchmal Erlebnisse auf, die als Begegnung mit dem Verstorbenen empfunden werden. Man spricht von Nachtod-Kontakten.“ Sie könnten bei vollem Bewusstsein auftreten, aber auch im Halbschlaf oder in einem Traum. „Betroffene erzählen von Träumen, die sich von normalen Träumen unterscheiden und viel realer sind.“ Der Unterschied zu einem Medium: „Ein Nachtod-Kontakt erfolgt spontan. Die Person erlebt die Begegnung mit dem Verstorbenen selbst. In medialen Mitteilungen wird die Begegnung durch das Medium vermittelt.“ Nicolay sagt, dass beide Formen Hinterbliebenen Trost und Hoffnung geben: Die Liebe als wichtigste Verbindung zwischen Menschen besteht über den Tod hinaus.

Dr. **Joachim Nicolay** ist Vorsitzender des Netzwerks Nahtoderfahrung und arbeitet in freier Praxis als psychologischer Psychotherapeut. Er promovierte in Philosophie und hält Vorträge zu Nahtoderlebnissen.



Mit ihrem  Sachbuch „Ganz normal medial“ (Knaur) will Spaleck mit „alten Mythen aufräumen“ und zeigen, dass Spiritualität Spaß machen kann (Knaur, 21 Euro, enthält u. a. Übungen und eingesprochene Meditationen)

Foto: Knaur

„Glauben und Wissen reichen nicht mehr“

Die Erklärung für spirituelle Phänomene liegt nicht im Jenseits, sondern hier: bei den Lebenden, die nicht wissen, wohin mit ihrer Zuneigung, wenn ein geliebter Mensch verschwunden ist. Früher bot die Kirche dafür eine Sprache: Gebet, Auferstehung, Grab. „Was sich massiv verändert hat: Glauben und Wissen reichen nicht mehr. Die Wissenschaft ist den Menschen zu vernünftig und die religiöse Offenbarung zu weit weg“, sagt Dr. Rüdiger Braun von der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW). „Menschen wollen neue Erfahrungen machen und die Antworten auf ihre Fragen wirklich erleben. Techniken wie Channeling (das Empfangen von Botschaften aus einer geistigen Welt, Anm. d. Red.) oder Gespräche mit einem Medium kommen dem Bedürfnis näher als Kirche oder Wissenschaft.“

Laut einer YouGov-Umfrage glauben in Deutschland 18 Prozent der Befragten „auf jeden Fall“ an ein Leben nach dem Tod, weitere 23 Prozent halten es für wahrscheinlich. Bei den 18- bis 34-Jährigen ist es ca. jeder Zweite.

Dr. **Rüdiger Braun** leitet beim EZW das „Referat II“, das sich mit neuen religiösen Bewegungen und Spiritualität beschäftigt. Er hält Vorträge zu interreligiösem Dialog und religiösen Entwicklungen.

„Das Medium liefert nur das Gerüst“

Kritiker bestreiten nicht, dass sich „Jenseits-Kontakte“ überwältigend anfühlen. Doch Psycho-Tricks können diesen Eindruck erzeugen. „Aus ‚eine ältere männliche Person‘ wird durch Nicken oder Emotionen schnell ‚Ihr Vater‘ oder ‚Ihr Großvater‘. Das nennt man ‚Cold Reading‘“, sagt der Philosoph Dr. Nikil Mukerji. „Das Medium liefert das Gerüst, Bedeutung und emotionale Wucht kommen vom Gegenüber.“ Entscheidend sei, ob solche Leistungen auch kontrolliert funktionieren: ohne Vorwissen, Rückmeldungen und nachträgliche Deutung.

Spaleck versteht die Skepsis. „Wenn ich mich nicht seit fast drei Jahrzehnten damit beschäftigen würde und nicht all die Erfahrungen gemacht hätte, die ich gemacht habe, wäre ich genauso skeptisch.“ Sie sei ein Mensch, der Dinge hinterfragt, und

sie wolle niemanden von etwas überzeugen. „Jeder darf seine Meinung haben. Als Medium sind Fakten zwar auch wichtig, aber entscheidend ist, die Persönlichkeit so greifbar werden zu lassen, dass Angehörige ihren verstorbenen Menschen wiedererkennen können.“

Dr. **Nikil Mukerji** ist Berufsskeptiker, Speaker und Autor. Er leitet den Studiengang „Philosophie, Politik, Wirtschaft“ an der Ludwig-Maximilians-Universität (München) und schreibt Sachbücher über Rationalität und Risiko.

Wir müssen die Toten nicht loslassen

Nadine sagt, genau das sei bei ihr passiert. „Der Kontakt zu meiner Mutter hat alles verändert und mich zurück ins Leben geführt.“ Mitten in der Trauer sei etwas eingetreten, das sie schon lange nicht mehr gespürt hatte: Frieden. „Das größte Geschenk ist, meine Mutter weiterhin bei mir zu wissen.“

Die Trauerforschung nennt das „fortbestehende Bindungen“. Der Begriff klingt sachlich, meint aber etwas ganz Intimes: Menschen müssen ihre Toten nicht loslassen, um weiterleben zu können – sie können lernen, sie anders bei sich zu tragen.

Transparenz-Hinweis: Einige Links in diesem Artikel sind Affiliate-Links. Das bedeutet, dass wir eine Provision erhalten, wenn Sie ein Produkt über diese Links kaufen. Für Sie ändert sich der Preis nicht. Unsere redaktionelle Unabhängigkeit bleibt davon unberührt.

Haben Sie Fehler entdeckt? Möchten Sie etwas kritisieren? Dann schreiben Sie uns gerne!

MEHR AUS DEM NETZ



ANZEIGE

Berliner Sparkasse

Bereit für alles, was die Digitalwirtschaft bewegt - Unser Team vor Ort berät Sie umfassend.

ANZEIGE

www.berliner-sparkasse.de

Kapitalbeschaffung leicht gemacht: Innovative Finanzierungslösungen für Firmen.

ANZEIGE

Wechseljahre-Ratgeber

Hüfte tut weh in den Wechseljahren? Es ist nicht Arthrose (Es ist simpel!)

Produkttests

Kaffeevollautomaten im Test

Die besten Monitore im Test

Akkustaubsauger im Test

Die best

Angebote

Partnerbörsen & Singlebörsen

Die besten Sportwetten Bonusangebote

Kostenlose Kreditkarten i

ANZEIGE

Services

Casual Dating Apps & Plattformen

Seriöse Online Casinos

Solaranlage Kosten

Förderung Wä

ANZEIGE