

# **Leitfaden für den Aufstieg**

**Eric Keller**

**Deutsch**

**5. Auflage 2023**

**Öffentlicher Bereich – Public Domain**

# Index

- 0.1. Index zur 5. Auflage
- 0.2. Vorwort zur 5. Auflage
- 1.1. Leitfaden für den Aufstieg
- 2.1. Erste Schritte
- 2.2. Säuberung – normal und total
- 3.1. Was ist die fünfte Dimension
- 3.2. Das Wasser des geistigen Reiches – fließt es wirklich
- 3.3. Das Wasser des geistigen Reiches zum Fließen bringen
- 4.1. Von konkreten Objekten zur Welt der Ideen
- 4.2. Veränderungen vornehmen
- 4.3. Die harte Nuss: Treue und Untreue
- 4.4. Was verursacht Untreue?
- 5.1. Interdimensionale Kommunikationsmittel
- 5.2. Das Pendel
- 5.3. Muskeltest
- 5.4. Das Yi-Jing oder I Ging
- 5.5. Luzide Träume
- 5.6. Interaktive Meditationen
- 5.7. Telepathie
- 6.1. Geistiges Heilen
- 6.2. Chi-Kräfte für die Heilung
- 6.3. Langfristige Perspektiven für die Gesundheit
- 7.1. Aufgestiegenes Leben im Wirbel
- 7.2. Jenseits des Wirbels
- 8.1. Es ist möglich

## Vorwort zur 5. Auflage

Dies ist wieder ein erfreulicher Moment.

Vor einigen Monaten erhielt ich den Vorschlag, die **Website der 12. Ebene** und **diesen Leitfaden für den Aufstieg** in verschiedene Sprachen zu übersetzen. Offenbar schätzte die 12. Ebene, dass unser Material auf zunehmendes Interesse stiess. Also machte ich mich an die Arbeit und stellte fest, dass es schwieriger war, als ich es mir vorgestellt hatte. Vieles von diesem Material erfordert sehr feine Formulierungen, und die richtige Nuance zu finden, war oft eine ziemliche Herausforderung. Ich hoffe, dass ich jetzt überall die besten Formulierungen gefunden habe.

Gegenüber der 4. Auflage vom letzten Jahr hat sich nicht viel Wesentliches geändert. Die meisten waren kleinere Korrekturen. Nur in Kapitel 7.2 gab es eine grössere Änderung das einer gründlichen Überarbeitung bedurfte.

Mit meinen besten Wünschen an alle,

***Juni 2023 bis Juni 2024, Eric Keller***

## Vorwort zur 4. Auflage

Es ist der Sommer 2022, und ein Lächeln huscht über mein Gesicht, als ich mich daran mache, diese vierte Version des "Leitfadens zum Aufstieg" zu überarbeiten.

Dies ist die erste "Post-Covid"-Version. Sie kommt zu euch nach zwei ereignisreichen Jahren, die die ganze Welt erschüttert haben. Eine grosse Veränderung war die Art und Weise, wie wir die *Spiritualität* erleben und verstehen.

Spirituelle Angelegenheiten waren traditionell die Domäne einer besonderen Gruppe von Menschen: Priester, Geistliche, Schamanen, usw. – sie haben viele Namen. Doch im Jahr 2008 wurde die wichtige Entscheidung getroffen, *die Türen der 12. Stufe für die breite Öffentlichkeit zu öffnen*. Dies geschah in einer Generalversammlung der 12. Ebene.

Der erste Schritt bestand darin, das Terrain vorzubereiten. Was bedeutet es, jeden Tag spirituell zu leben? Und wofür steht die 12. spirituelle Ebene?

Ohne mein Wissen wurde ich als einer von fünf Kandidaten für diese Aufgabe ausgewählt. Wir mussten alle eine Einführung in den Aufstieg schreiben. Ich kannte die anderen nicht. Wir haben uns alle an die Aufgabe gemacht, und anscheinend haben wir alle diese Einleitung fertiggestellt. Ich weiss bis heute nicht, wer die anderen Autoren waren.

Ich habe spät angefangen, weil ich einige Jahre zuvor von meiner Professur an der Universität Lausanne zurückgetreten war. Nach 30 Jahren ununterbrochener und sehr anstrengender Lehrtätigkeit war ich völlig erschöpft. Ich brauchte etwas Zeit, um mich zu sammeln. Doch langsam, um das Jahr 2013 herum, spürte ich einen inneren Drang, meine Gedanken für meinen eigenen "Guide to Ascension" zu sammeln und aufzuschreiben.

Von Anfang an wusste ich, dass ich einen strengen Redakteur brauchte, der mich zurechtweisen konnte, wenn ich vom Weg abkam. Seit mehreren Jahren hatte ich das Gefühl, einen unsichtbaren Berater in mir zu haben. Er kam zu mir in meinen Träumen und in einigen meiner Meditationen. Mit Hilfe eines Sehers fand ich heraus, dass es sich tatsächlich um eine frühere Inkarnation von mir handelte, die vor etwa 1800 Jahren im

Römischen Reich gelebt hatte. Sein Name war "Melkiades".

Damit war der Grundstein gelegt. Zwischen 2013 und 2016 schrieb ich den "The Melkiades Ascension Blog". Ich benutzte das Pseudonym "Melki" für mich und "Melkiades" für mein Höheres Selbst. Der Melkiades Ascension Blog wurde bis 2018 elektronisch auf "Melkiades.com" veröffentlicht, in zwei aufeinanderfolgenden Versionen.

Für diese Version gibt es nicht nur einen kritischen Redakteur, sondern mehrere. Der prominenteste ist Erzengel Michael – ja, der mit dem Schwert – der gerade auftauchte, als ich mich hinsetzte, um dieses Vorwort zu schreiben. Er möchte auf jeden Fall Teil des Redaktionsteams sein. Die vorliegende Fassung wird für diese Version aktualisiert und erweitert, und angesichts unserer wichtigen Leserschaft in Spanien und in Lateinamerika wird sie auch ins Spanische übersetzt.

Im Jahr 2020 wurde ich zu meiner grossen Überraschung in die 12. spirituelle Ebene gewählt. Ich bin immer noch dabei, dieses Ereignis zu begreifen. Mein Verständnis für spirituelle Angelegenheiten hat sich deutlich erweitert. Ich werde die Ideen, die in die drei vorherigen Versionen eingeflossen sind, erneut prüfen und möglicherweise bereichern und nuancieren. Dadurch wird vielleicht ein noch tieferes Verständnis für spirituelle Angelegenheiten verankert.

Meine Schriften beruhen auf persönlichen Erfahrungen und Überlegungen, aber sie erheben nicht den Anspruch, allgemeingültige Wahrheiten darzustellen. Sie sind nichts weiter als eine Sammlung meiner eigenen privaten Meinungen. Obwohl ich eine Autorisierung der 12. Ebene habe, diesen "Leitfaden zum Aufstieg" als Teil dieser Sammlung der 12. Ebene zu veröffentlichen, schliessen diese Schriften niemanden aus.

Lesen Sie auch andere Leitfäden zum Aufstieg und vergleichen Sie. Wir alle lernen immer mehr auf dem Pfad des Aufstiegs.

***Juli-August 2022, Eric Keller***

# 1. Leitfaden für den Aufstieg

Von Eric Keller

## *Ein leichtes Handbuch für Ihren Aufstieg*

Öffentlicher Bereich – Public Domain – 5. Auflage 2023

Das Hauptthemen in diesem Band sind:

- **Die Entfaltung und Ausweitung unseres Bewusstseins:**  
Wie sich das aufgestiegene Leben von einer normalen 3D-Existenz unterscheidet, und was dies in unserem täglichen Leben bedeutet.
- **Interdimensionale Kommunikation:**  
Wie wir mit unserem inneren Selbst kommunizieren.
- **Spirituelle Heilung:**  
Wie wir unsere aufgestiegenen Kräfte nutzen um uns zu einem gesünderen psychologischen und physischen Zustand zu führen.
- **Das Leben in der aufgestiegenen Dimension:**  
Die vielversprechende Umgebung unserer aufgestiegenen Welt.

Ist das aufgestiegene Leben etwas für Sie? Oder erleben Sie bereits das aufgestiegene Leben?

Lesen Sie weiter und sehen Sie, wo Sie stehen. 3D war ein Ort des Erfolgs, der Leistung und des Geldverdienens. Das aufgestiegene Leben ist ein Ort des Verstehens, der guten Gefühle, der Freude und der Teilnahme an gemeinsamen Aktionen. Wo würdest du lieber sein?

In beidem? Auch das ist möglich. Wir befinden uns in einem langsamen Übergang und es ist Platz für beides. Lassen Sie ein paar Dinge los und schaffen Sie Platz für andere.

Dieses Buch wurde langsam, Kapitel für Kapitel, unter den vier oben genannten Überschriften geschrieben. Die Entstehung des Buches verlief nicht linear. Einige Kapitel entstanden vor ihrer Zeit, während sich andere als neue Gedanken aus vorhandenem Material manifestierten.

Material kam in dieses Buch im Einklang mit meiner Entwicklung. Als ich Gedanken für dieses Buch hatte, schrieb ich sie auf, dachte darüber nach und stellte sicher, dass sie einer logischen Logik folgt. Ich habe die Gedankenserie dann ausgiebig verfeinert. Als sie wirklich abgerundet war, habe ich diese Folge an die Stelle im Buch gesetzt, an der sie zu passen schien.

Stück für Stück wurde so mit der Zeit ein richtiges Buch.

Wird die gesamte Geschichte jemals als "gedrucktes Buch" veröffentlicht werden? Das ist nicht wichtig. Viel wichtiger scheint zu sein, dass viele von uns sofort anfangen, über diese Ideen nachzudenken. Je mehr wir uns an der Diskussion beteiligen und je mehr wir neue und geignete Konzepte ausprobieren, desto besser ist es für uns alle.

## ***Wo stehen Sie jetzt?***

**Glauben Sie, dass Sie eine Seele haben?**

**Ich glaube, dass ich eine Seele habe. Sie werden sie gleich auf den nächsten Seiten kennenlernen. Aber vorher möchte ich Ihnen einige Fragen stellen.**

- **Hatten Sie schon einmal eine grossartige neue Idee, aber Sie wussten nicht wie?**
- **Waren Sie schon einmal in grosser Gefahr, aber Sie wurden plötzlich gerettet?**
- **Haben Sie schon einmal eine innere Stimme gehört, die Ihnen sagte, wie Sie sich aus einer schwierigen Situation befreien können?**
- **Vielleicht war das ein innerer Berater, jemand, der Ihnen helfen will.**

***Das könnte Ihr Höheres Selbst sein.***

**Bitte kommen Sie mit.**

**Ich erzähle Ihnen, wie ich meiner eigenen Seele,  
meinem Höheren Selbst begegnet bin.**

## 1.1. Anfänge



Melkiades ist mein Höheres Selbst. Ich bin Melki, mein materielles Selbst, der Typ mit einem Körper und einem Computer. Melkiades und ich schreiben diesen Blog gemeinsam.

Meine Beziehung zu Melkiades ist etwas Besonderes, weil wir jeden Tag miteinander "reden". Ich stelle ihm Fragen und bekomme klare, schlüssige Antworten. Er kann mir Visionen und luzide Träume zeigen, um etwas zu erklären oder mir eine neue Idee zu vermitteln. Wenn ich ihm ernste Fragen stelle, erhalte ich ernste Antworten. Ein paar Mal hat er auch mit mir geschertzt. Melkiades ist wie der liebe Onkel, den man hatte als man jung war. Er ist ein guter Freund, aber natürlich ist er dir meilenweit voraus und er kann dir viel beibringen.

Ich möchte, dass du Melkiades kennenlernst. Natürlich kann ich dir kein Bild von ihm zeigen und ich kann dir nur sagen, was ich von ihm erfahre. Er wirkt wie ein normaler Mensch, wenn ich mit ihm spreche. Er weiss genau, was ich tue und was ich denke. Er versteht unsere zeitlichen und finanziellen Beschränkungen, und er schlägt Lösungen vor, die in unser tägliches Leben passen.

Aber er ist nicht einfach ein weiterer Melki. Er ist konservativer als ich. Obwohl ich ehrlich bin, habe ich nie ein besonders heiliges Leben geführt. Ich hatte meine Liebesaffären, und ich habe gegessen wie die meisten Menschen, ohne viel auf die Zusammensetzung der Lebensmittel, Herbizide und Zusatzstoffe zu achten. Ich habe einige prätentöse Phasen durchlebt, und ich bin kein "Öko-Freak".

Im Gegensatz dazu sind Melkiades' Vorschläge für Ernährung und Lebensstil eher sparsam. Er möchte nicht nur, dass ich Geld spare und Abfall vermeide, sondern ist er auch ein entschiedener Befürworter von Bio- und gesunden Lebensmitteln und alternativen Ansätzen in der Medizin. Am wichtigsten ist vielleicht, dass ich mich aus dem Rampenlicht zurückziehe und meine Arbeit mit Bedacht und ohne jede Verstellung ausführe. Ich soll zum Beispiel die nächste Zeit keine öffentlichen Vorträge halten.

Seit Melkiades und ich vor einigen Jahren eine ernsthafte Diskussion begonnen haben, habe ich eine gewisse Umschulung durchlaufen.

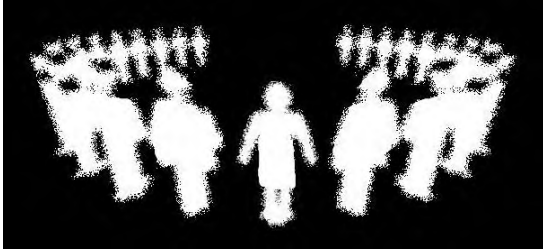
Nehmen Sie die Frage der Lebensmittel. Ich mag gutes und leckeres Essen und ich mag keine Kommentare wie "Du solltest dies und nicht das essen". Was Melkiades getan hat, war, mich vor den "harten Beweis" zu stellen. Er brachte mich in Situationen, in denen ich über Informationen über Lebensmittel, mein Übergewicht, Zusatzstoffe, Krankheiten und meinen eigenen Gesundheitszustand stolpern musste. Das war nicht einfach. Melkiades zeigte mir, dass es sehr viel zu lernen gibt. Er lenkte meine Aufmerksamkeit nicht nur auf den alarmierenden Zustand von Fehlernährung und Gesundheit in unserer Gesellschaft, sondern er bestand auch darauf, dass ich besser auf mich selbst aufpassen und die Informationen an andere weitergeben solle.

### ***Melkiades und der Clan***

Wenn man mit jemandem ins Gespräch kommt, möchte man ihn schliesslich treffen. So bat ich immer wieder darum, Melkiades persönlich zu treffen. Eine Zeit lang gab es keine Antwort. Dann, eines Nachts, geschah es unerwartet.

Ich meditierte über nichts Bestimmtes, reinigte nur meinen Geist. Plötzlich spürte ich, dass ich die Erde verliess. Das war mir noch nie zuvor passiert, und ich war begeistert. Ich hob in den Weltraum ab, und die Welt um mich herum wurde immer schwärzer und schwärzer. Unter mir sah ich die Erde im Sonnenlicht kleiner werden. Ich war begeistert, streckte mich

aus und reiste durch die Schwärze.



Als ich im Weltraum war und mich fragte, wohin ich eigentlich hin ging, sah ich einen Ring von Männern in weissen Gewändern, die in einem Dreiviertelkreis standen. Ich ging näher heran und verstand, dass dies meine Seelenfamilie war. Es war mein Clan. Irgendwo auf der linken Seite des Rings fand ich einen natürlichen Platz unter ihnen.

Alle waren still und sehr feierlich. Bei diesem ersten Treffen waren sie alle Männer<sup>1</sup>. Sie standen da, glänzend in ihren weissen Gewändern, und bewegten sich nicht viel. Ich bemerkte, dass ich jetzt auch ein weisses, glänzendes Gewand trug. Am Ende der Manege stand "der Chef". Ich schaute zu ihm hinüber, und es war unverkennbar. Er war ein bisschen kleiner als ich (ich bin mittelgross). Er stand aufrecht und strahlte ein helles und klares Licht aus, stärker als das Licht, das ich ja auf der Erde reflektiert gesehen hatte, und stärker als das der anderen Clanmitglieder. Zu beiden Seiten war ein wenig Platz. Die Mitglieder hielten einen respektvollen Abstand zu ihm. Ich spürte, wie Kraft, Klarheit und Weisheit von seinem starken kleinen Körper ausgingen.

Ich schaute mich um. Neben Melkiades waren wir 33 in dieser Runde. Einige waren grösser als ich, ein paar kleiner. Ich spürte, dass einige der anderen in anderen Dimensionen leben und dass nicht alle derzeit auf der Erde sind. Wir blieben gerade so lange bis ein Gruppenfoto gemacht werden konnte. Es wurde nichts gesagt. Aber für mich war es eine grosse Genugtuung zu wissen, dass ich von einem ganzen Clan und von meinem Höheren Selbst unterstützt werde.

All das geschah im Jahr 2011. Seitdem habe ich diese Website ins Leben gerufen und hart daran gearbeitet, meine Gedanken darüber zu klären, wer und was ein "Höheres Selbst" wirklich ist. Sie werden herausfinden, was ich entdeckt habe, wenn Sie diese Seiten lesen.

## **Aufstieg**

Etwa Mitte 2012 hatte ich eine weitere wichtige Erfahrung.

Ich befand mich in einem luziden Traum und sah mich mit vielen anderen Menschen einen grossen, nach oben gerichteten Korridor entlang eilen. Plötzlich hörte ich Melkiades von der linken Seite zu mir sagen: "Du steigst jetzt auf. Beeil dich mit den anderen." Ich zögerte nicht und tat, was mir gesagt wurde.



Doch das Erlebnis weckte mich auf. Ich ging zum Computer und begann, mein Erlebnis aufzuschreiben. Im Laufe des Tages liess die Erfahrung nach, und ich sagte mir, dass dies nur eine einfache Illusion gewesen war. Jeder spricht heutzutage über den Aufstieg, und ich nahm an, dass ich mir nur eingebildet hatte, dass dies auch bei mir der Fall war. Nichts weiter als ein Wunschdenken.

In der folgenden Nacht kam Melkiades zu mir

---

<sup>1</sup> Bei einem späteren Treffen habe ich verstanden, dass es einige Unterschiede in den Seelenfamilien gibt. Bei diesem ersten Treffen traf ich nur meine direkten männlichen Verwandten. Aber in einer anderen Vision traf ich eine viel vielfältigere Seelengruppe, die Personen aller möglichen Beschreibungen umfasste, Männer, Frauen, Erwachsene jeden Alters und auch Kinder, insgesamt mehr als 30.

zurück. "Du hast dich gefragt, ob du wirklich aufgestiegen bist", sagte er zu mir. "Richtig, bin ich das?" "Ja, das bist du." "Und wie kannst du jemanden aus all den Milliarden von Menschen auf der Erde herauspicken?" "Oh, das ist ganz einfach. Jeder Mensch hat einen Zahlencode. Deiner war 8080, also warst du bereit, aufzusteigen." "Warum also nicht 8888?" "Dieser Code 8888 ist für einige wirklich aussergewöhnliche Seelen reserviert, wie Mozart oder Einstein. Die zusätzlichen Zahlen verschlüsseln, was sie erreicht haben. Aber 8080 ist genau richtig für deinen Aufstieg".

Er liess mich dort stehen und ich kratzte mich an meinem geistigen Kopf. Aber ich war froh über die Nachricht, dass ich mich nun definitiv in einer neuen Welt befand. Die 3D-Welt ging mir schon ein wenig auf die Nerven.

Aber was bedeutet diese aufgestiegene Existenz wirklich für mich? Ist das nur ein spiritueller Hokusfokus?

Ich dachte, dass viele andere wahrscheinlich ähnliche Fragen hätten, und so fragte ich Melkiades, ob ich auf dieser Website einen Blog über meine neuen Erfahrungen beginnen sollte. Seine Antwort war enthusiastisch. Als ich sah, wie erfreut er war, fragte ich ihn, ob ich den Blog zusammen *mit ihm* schreiben sollte. Wieder sah ich grosse Begeisterung. Das hat mich dazu bewogen, diese Geschichte so aufzuschreiben.

### ***Versprechen einer anspruchsvollen Zusammenarbeit***

Ich sagte Melkiades, dass ich mir seine Vorschläge anhören würde, bevor ich den Blog schreibe, und dass ich hinterher überprüfen würde, ob das Geschriebene seinen Vorstellungen entspricht. Ich sagte ihm, dass ich mich sehr bemühen würde, seine Absichten und Impulse richtig zu erfassen und zu verstehen.

Ausserdem versprach ich, dass ich versuchen würde, das bestmögliche wissenschaftliche Verständnis zu diesem Unternehmen beizutragen. In vollem Respekt vor dem grossen und anspruchsvollen Interesse meiner Leser würde ich versuchen, so klar, so logisch anspruchsvoll und so kohärent wie möglich zu sein, und dabei offen für neue Informationen zu bleiben.

Im Gegenzug hat er mir nun luzide Träume, I Ging-Hexagramme und Informationen über das Pendel, Muskeltests, Synchronizitäten und stark verstärkte Intuitionen gegeben. Im Laufe der Zeit hat sich die Klarheit der Botschaften sogar verbessert, und die Unstimmigkeiten zwischen den verschiedenen Quellen sind so gut wie verschwunden.

Ich führe viele Gegenkontrollen mit diesen verschiedenen Methoden durch. Es ist leicht, sich zu täuschen und sich von einer bestimmten Interpretation einfangen zu lassen. Es ist wichtig, dass die Botschaft sehr klar bleibt, auch wenn sie für unseren 3D-Verstand überraschend sein mag.

Ich spüre Stärke und Vertrauen in der Zusammenarbeit mit Melkiades. Soweit ich das beurteilen kann, scheint Melkiades auch zufrieden mit unserer gemeinsamen Arbeit zu sein.

Ich hoffe, dass dies für Sie alle von Interesse und hilfreich sein wird.

<sup>1</sup> Bei einem späteren Treffen habe ich verstanden, dass es einige Unterschiede in den Seelenfamilien gibt. Bei diesem ersten Treffen traf ich nur meine direkten männlichen Verwandten. Aber in einer anderen Vision traf ich eine viel vielfältigere Seelengruppe, die Personen aller möglichen Beschreibungen umfasste, Männer, Frauen, Erwachsene jeden Alters und auch Kinder, insgesamt mehr als 30.

## 2.1. Erste Schritte

Willkommen. Sie sind unter Freunden.

**Wenn Sie bereits aufgestiegen sind**, spüren Sie es einfach. Sie werden eine innere Freude empfinden. Probleme, die Sie lange Zeit verfolgten, sind nun weggefallen. Der Schmerz ist jetzt weg. Plötzlich fühlen Sie sich innerlich rein.

**Wenn Sie kurz vor dem Aufstieg stehen**, fühlen Sie sich vielleicht gestresst, unwohl oder sogar krank. Viele Menschen fühlen sich von ihren Freunden, ihren Partnern oder ihrer Familie missverstanden und missinterpretiert. Vielleicht sind Sie unzufrieden mit Ihrer Arbeit oder mit der Welt im Allgemeinen. Sie schlafen vielleicht unregelmässig und sind vielleicht sogar krank.

Im Moment sind Sie vielleicht verwirrt. Teile Ihres Körpers fühlen sich vielleicht für ein paar Minuten oder Tage seltsam an. Ihr Körper muss sich vielleicht neu einstellen, und das für mehrere Wochen. Aber...

1. **Machen Sie sich keine Sorgen.** Finde ruhige Momente. Der Aufstieg bringt Ruhe und einen klaren Geist. Mit der Zeit werden Unzufriedenheit und Verwirrung Platz machen für Freude, Zufriedenheit und Erholung.
2. **Lassen Sie den Ärger los.** Führen Sie eine Meditation durch, in der Sie um Vergebung rund herum bitten. Bitten Sie um Vergebung für das, was Sie getan haben, als die Dinge nicht gut gelaufen sind. Spüren Sie dann den Frieden, der langsam in Ihren Geist eintritt. Dann schlafen Sie gut. Wie die spirituellen Berater sagen, "stellen Sie sich auf höhere Schwingungen ein".
3. **Erzwinge nichts.** Der Aufstieg kommt, wenn dein innerer Zustand es wünscht. Er kommt zu seiner eigenen Zeit, nicht wenn ihr es wollt, dass er kommt. Beginne also einfach mit der inneren Reinigung. Bittet um Vergebung und vergebt anderen, und dann wartet im Vertrauen. Die Dinge werden zu Ihnen kommen.

Schlafen Sie in den kommenden Tagen und Wochen so viel, wie Sie können. Wenn Sie sich müde fühlen, akzeptieren Sie die Tatsache, dass Sie wirklich müde sind, und gehen Sie einfach schlafen. Der Aufstieg ist ein Wachstumsprozess, und euer Körper braucht euren Schlaf, um sich an seinen neuen Seinszustand anzupassen.

### ***Ihr seid in den Aufstieg gerutscht***

Viele werden nicht wissen, dass sie tatsächlich aufgestiegen sind. Sie finden es vielleicht dadurch heraus, wie sie sich innerlich fühlen. Sie werden vielleicht feststellen, dass Sie sich jetzt ganz anders fühlen als noch vor einigen Monaten und Jahren.

Das Wichtigste ist, dass der Ärger und die Frustration verschwunden sind und sich eine Art weise Empathie auszubreiten beginnt.

### ***2.1. Lebe deine Lebenslektionen***

Wenn Sie diesen neuen Elan in sich spüren, ist Ihre natürliche Reaktion, allen zu sagen, dass Sie jetzt auf einem neuen und goldenen Weg sind.

*Halte dich zurück.*

Meine Berater sagen mir, dass dies eine gefährliche Phase ist. Es ist leicht, zu glauben, dass man jetzt der Herr der Welt ist. Als mir zum ersten Mal gesagt wurde, dass ich mich

im Aufstiegsprozess befinde, fuhr ich nach Hause, fühlte mich erhaben und fuhr **weit** über das Tempolimit hinaus. Zum Glück wurde ich nicht erwischt.

Bitte entspannen Sie sich. Zügeln Sie Ihre Pferde.

Ihr habt euren Aufstieg lange Zeit vorbereitet. Jetzt ist es an der Zeit, all das Gelernte in die Tat umzusetzen.

## ***Einige Lebenslektionen***

Jetzt ist eine gute Zeit, um Ihre Lebenslektionen anzuwenden.

In meinem Fall habe ich gelernt, dass ich **nur so viel Verantwortung auf einmal übernehmen sollte**, und dass ein Arbeitstag ein Ende hat. Ich musste lernen, nach einem guten und ehrlichen Arbeitstag mein Tempo zu ändern und etwas anderes zu tun.

Muss ich dieses Kapitel noch heute Abend abschliessen? Oder sollte ich nicht lieber meinen Haushaltspflichten nachgehen und etwas Zeit mit meinem Partner verbringen?

Eine weitere Lebenslektion war, **dass andere Menschen ganz anders sein können als ich**. Was mein Partner erlebt, ist nicht unbedingt das, was ich erlebe. Was mein Arbeitskollege erlebt, kann ganz anders sein als das, was ich erlebe. Das scheint eigentlich offensichtlich zu sein, aber es erfordert eine zusätzliche Anstrengung, die Dinge aus ihrer Perspektive zu sehen.

Es gibt Hunderte von wichtigen Lebenslektionen. Vielleicht haben Sie Ihre eigene Liste. Wenn nicht, ist es eine gute Idee, eine Liste mit Ihren Lebenslektionen zu erstellen. Dann wenden Sie sie systematisch an.

## ***Meine wichtigste Lebenslektion***

Aber meine wichtigste Lektion war, dass ich gelernt habe, **mit meinen geistigen Beratern zusammen zu arbeiten**. Wenn ich mich umhöre, wenden nur sehr wenige Menschen diesen Ansatz an. Aber das ist eindeutig die wichtigste Aufgabe, die man als Aufsteiger lernen muss. Wenn Sie nur eine Lektion aus diesem Kapitel mitnehmen, **dann diese**.

*Warum mit meinen geistigen Berater arbeiten?*

Oftmals wissen sie es besser. Oft sehen sie die Dinge anders. Sie können neue Möglichkeiten für dich erkennen. Sie können dir helfen. Sie werden beginnen, dich sichtbar zu unterstützen.

*Wie arbeiten Sie mit Ihren Berater zusammen?*

Am Anfang war das nicht offensichtlich. Kein Berater kam jemals auf mich zu und sagte: "Hey, warum arbeitest du nicht mit mir, ich zeige dir, wie es geht!"

Ich musste fragen. Ernsthaft, und ich musste darauf bestehen: "...und sie lügen nicht"! Am Ende *werden* sie dir antworten, wenn du ernsthaft und hartnäckig bist.

Die Berater sind immer da, ständig, auch wenn man das anfangs nicht weiss.

*Erste Anzeichen*

Sobald du die ersten Anzeichen wahrnimmst, nimm sie bewusst wahr. Hast du einen plötzlichen, tiefen Atemzug bekommen? Ein überraschendes Ereignis, das um Sie herum passiert? Ungeklärte Geräusche?

Überprüfen Sie. Stellen Sie an sie selbst immer wieder dieselben ernststen Fragen, bis Sie eine klare Antwort haben. Das kann mehrere Tage dauern.

## *Kommen Sie ins Gespräch*

Finden Sie nun heraus, ob die Vorschläge der spirituellen Mitarbeiter ausgezeichnet und zuverlässig waren.

Wenn ja, dann sind Sie bereit, eine echte Lernbeziehung einzugehen. Das ist der eigentliche Startpunkt.

Das Wichtigste ist, dass ich lerne, mit meinen Berater *zu kommunizieren*.

Ich habe durch Lesen und Experimentieren herausgefunden, dass ich Fragen stellen und Antworten durch einen kontinuierlichen Informationsfluss erhalten kann. Dieser Informationsfluss bewegt sich durch luzide Träume, Channeling, Konsultationen mit dem Pendel, I Ging-Konsultationen, Muskeltests usw. usw.

Dann musste ich anfangen zuzuhören. Die Hauptschwierigkeit bestand darin, zu glauben, dass dies tatsächlich möglich ist, und alle Tests durchzuführen, um zu sehen, ob man dieser Informationsquelle wirklich vertrauen kann.

## **Beweise**

In meinem Fall dauerte es Jahre, bis die Beweise erbracht waren. Ich brauchte umfangreiche Beweise dafür, dass ich tatsächlich Lektionen von der anderen Seite erhielt. Ich werde in anderen Teilen dieses Bandes viele Beispiele dafür geben, wie dies geschah. Ich brauchte viel Zeit, um die Informationen zu finden, sie auszuprobieren und mich zu vergewissern, dass dieser Kommunikationskanal tatsächlich funktionierte und, was noch wichtiger war, dass er zuverlässig war.

Als ich begann, alle Informationen zusammenzutragen, stellte ich fest, dass die Arbeit und das Leben in diesem ständigen Dialog mit "der anderen Seite" wirklich eine völlig neue Art ist, sein Leben zu leben. Es ist meine Form des aufgestiegenen Lebensstils. Sie unterscheidet sich sehr von dem üblichen, eintönigen 3D-Leben. Und das ist es, was ich hier mit Ihnen teilen möchte.

## **Zuversicht**

Das bringt uns direkt zu unserem Hauptziel.

Wenn Sie diesen Weg einschlagen, können Sie nicht mehr schummeln oder sich verstellen. Es geht um Ehrlichkeit aus tiefstem Herzen, und das wird nicht immer einfach sein.

Die systematische Arbeit mit Ihren Beratern gibt Ihnen Vertrauen.

Sie spüren, dass Sie auf dem richtigen Weg sind, dass Sie nicht allein sind, dass Sie Hilfe bekommen. Es ist der erste Schritt zu einem Treffen mit deiner Seelengruppe. Langfristig wirst du viel mehr mit ihnen zusammenarbeiten, um Trost und friedliches Zusammenleben in der Welt und im Universum zu verbreiten.

Wenn du erst kürzlich aufgestiegen bist, genieße einfach das neue Gefühl des Vertrauens, das in deinem Inneren wächst. Du bist gewachsen, du bist stärker, du bist gesünder und du genießt deine neuen und stärkeren Verbindungen mit der geistigen Welt. Seien Sie einfach Sie selbst, und der Rest der Welt wird Ihre neue innere Stärke bemerken.

[Überprüfung mit dem Pendel: Mein Höheres Selbst stimmt dem hier Geschriebenen voll zu. Meine Pendelbewegungen unterscheiden zwischen "stimme voll zu", "stimme zu", "stimme nicht zu", "stimme definitiv nicht zu" und "unentschieden". In diesem Fall war es "stimme voll zu"].

## 2.2. Säuberung - "normal" und "total"

Wenn man zum ersten Mal ins aufgestiegene Leben kommt, will man losrennen und alles erkunden. Was ist so anders? Wovon reden denn alle? Wozu die ganze Aufregung?

Aber Melkiades sagte mir: "Stopp, sei nicht so eilig. Jetzt ist es an der Zeit, altes Leid hinter dir zu lassen. Dies ist der Prozess der Reinigung. Tritt in das aufgestiegene Leben mit einem reinen Geist ein und befreie dich von deinen alten, schmerzhaften und nutzlosen Erinnerungen."

Und wie so oft kam eine bildhafte Antwort in einem luziden Traum zu mir.

### ***Luzider Traum***

Ich befand mich in so etwas wie in einer Parallelwelt. Alles spielte sich in einem Schwarz-Weiss-Film mit feinen Grautönen ab. Es gab keine Farben.

Kollegen von mir experimentierten mit einem neuen magnetischen Material. Sie hatten ein grosses magnetisches Tuch entwickelt. Man konnte ein Ende an die eine Seite eines Raumes kleben und das andere Ende an die andere Seite.

Ich wurde gebeten, das zu tun, und ich stellte fest, dass das Material leicht war. Es haftete ziemlich fest an den Metallbefestigungen an den Wänden. Ich stellte mich auf einen Hocker und hängte die Leinwand an den beiden Seiten eines grossen Saals ein. Nun war der kleine Teil neben der Tür von dem grösseren Teil der Halle getrennt.

Die Symbolik ist offensichtlich. Der Teil neben der Tür, d.h. mein früheres 3D-Leben, war nun von meiner grösseren aufgestiegenen Existenz getrennt.



Der Traum ging weiter zu einem zweiten Teil.

Meine Kollegen – die ich nur vage aus meiner Studienzeit kannte – wohnten in der Nähe eines grossen Sees. Sie hatten riesige, mannshohe Steine aus einem ähnlichen, festen magnetischen Material geschaffen, die als Umzäunung dienten. Die Steine liessen sich zur Seite hin öffnen, und Personen konnten sich darin einnisten.

Aus der Ferne sah es aus wie eine Gruppe grosser rundlicher Steine, die auf natürliche Weise auf einem offenen Feld vor einem Wald verteilt waren. Ich sah eine junge Frau, die sich seitlich in ein dieser Gehege schmiegte, als wäre es ein Mutterleib. Als sie die äussere Plastiktür schloss, konnte man sie innen sehen, wie sie wie ein Fötus

auf dem Rücken liegend in dem grossen Stein lag.

Ich unterhielt mich mit einem Teilnehmer und fragte ihn, was sie da taten. Er unterhielt sich mit den Leuten um ihn herum in einer Art Mischung aus menschlicher und nicht-menschlicher Sprache. Er sagte, dass die Insassen in diesen magnetischen Räumen eine emotionale Reinigung von all dem Müll durchliefen, den sie auf der Erde angesammelt hatten.

Wenn er in nicht-menschlicher Sprache sprach, kommunizierte er mit höheren Wesen, die ihm halfen.

An diesem Punkt verstand ich, dass ich mich in einem luziden Traum befand. Das kam mir bekannt vor. In verschiedenen gechannelten Beschreibungen des Lebens nach dem Tod hatte ich gelernt, dass die Seelen einige Zeit nach dem Tod einen Heilungsprozess durchlaufen, etwa wie in einem Krankenhaus. Dies könnte der Reinigungsprozess sein, den ich vor Augen hatte.

Während ich mich noch im luziden Traum befand, fragte ich Melkiades, ob ich diesen Heilungsprozess in diesem Kapitel ansprechen sollte. Das war in der Tat genau seine Absicht. Nachdem wir all die Verderbtheiten des 3D-Lebens kennen gelernt hatten, mussten wir uns nun selbst reinigen. Wir können nicht in das aufgestiegene Leben hinausgehen, wenn wir all das mitbringen, was wir im 3D-Leben gesammelt haben. Wir Lichtarbeiter und aufgestiegenen Seelen müssen uns selbst heilen, bevor wir anderen helfen können.

### ***Lösen Sie die Emotion von der Erfahrung***

Ich war dankbar, eine so ausführliche Antwort zu erhalten.

Psychologische Heilung hat eine sehr wichtige Funktion, Emotionen von vergangenen Erfahrungen zu lösen. Emotionen sind in unserem tiefsten menschlichen und tierischen Dasein verwurzelt. Kampf-oder-Flucht-Emotionen, sexuelle Erregung und Wettbewerbsemotionen, Hunger- und Knappheitsemotionen, all das hat sich aus tierischen und menschlichen Erfahrungen entwickelt. Viele Emotionen sind nützlich für die Entfaltung des Menschen, während einige andere uns in Konfliktzyklen bringen, die mehrere Inkarnationen lang andauern können.

Aus diesem Grund ist es wichtig, dass wir alle nach dem Sterben – oder sogar vorher, wenn wir aufsteigen – eine tiefgreifende Reinigung durchlaufen. Wir vergessen unsere früheren Erfahrungen nicht – es ist wichtig, dass wir nicht vergessen, was wir gelernt haben. Sie werden als Erinnerungen aufbewahrt, viele glückliche, aber auch viele unglückliche. Wir haben Grund zu der Annahme, dass all diese Erinnerungen in einer riesigen spirituellen Bibliothek (der Akasha-Bibliothek) gespeichert sind, so dass sie nie verloren gehen und man auf alles, was man je erlebt hat, zugreifen kann.

Bei der Reinigung lösen wir unsere Emotionen von der Erfahrung ab. Die Erinnerung ist noch da, aber die Emotion ist nun wieder frei. Wenn wir das nicht täten, könnten wir mit demselben Ärger oder derselben Frustration wiedergeboren werden, die wir in einem früheren Leben erlebt haben. Das kann dazu führen, dass der Konflikt in einem anderen Leben fortbesteht.

### ***Magnetische Strahlung sorgt für die Reinigung***

Was ich in diesem luziden Traum ebenfalls faszinierend finde, ist, dass mir detaillierte Informationen darüber gegeben wurden, wie diese Ablösung geschieht: mit Magnetismus. Ich wandte Magnetismus an mit der Handhabung des grossen magnetischen Tuches. In meinem Traum erinnere ich mich, dass ich sogar Angst hatte, ein Handy bei mir zu tragen oder in der Nähe meines Computers zu sein, weil ein so starker Magnetismus das Gerät beeinträchtigen könnte. Dann wurde mir gezeigt, dass alle diese "Seelen" sich ähnlich magnetisch einhüllen, um ihre emotionalen Verbindungen zu reinigen.

Ich nehme dies als Anregung, dies selbst zu tun. Ein Naturheilkundler hat mir erklärt, wie man das macht. Man braucht einen grossen Magneten, wie er in einigen älteren Lautsprechern zu finden ist. Diese sind rundlich und haben einen starken Pluspol an einem Innenring und einen Minuspol an einem Aussenring. Wenn Sie diesen Magneten ganz dicht über den Kopf und die Wirbelsäule führen und dabei an das Gegenteil der

emotionalen Bindung denken, wird die emotionale Verbindung gereinigt. Denken Sie zum Beispiel an "Freude" oder "Freiheit", wenn Sie eine negative Bindung auslöschen. Wiederholen Sie die Prozedur jede Woche, solange Sie noch eine gewisse Verstimmung spüren. Manche Menschen brauchen mehrere Monate, um alle negativen Anhaftungen loszuwerden, andere schaffen es in nur wenigen Wochen.

Ich bin meinem Höheren Selbst dankbar für die kontinuierliche Begleitung. Ich lerne auch, dass der Aufstieg nur der Anfang eines langwierigen Prozesses ist um ein effektiver Lichtarbeiter zu werden.

### **2.2.3. Ausräumen starker negativer Spuren**

Mit dem Aufstieg lassen wir die negativen Spuren los.

Laut Melkiades und meinen geistigen Begleitern werden die meisten als geistig reine Wesen geboren. Die Verunreinigung mit negativen Spuren geschieht im Allgemeinen, wenn wir emotionale Bindungen mit negativen Elementen eingehen. Manchmal geschieht dies durch einfaches Experimentieren, aber viele Kinder werden durch sexuelle Experimente oder durch kriminelles Verhalten in der Familie oder in der Nachbarschaft aktiv in negative Bindungen verführt.

Ich lernte etwas unerwartet einen netten jungen Menschen um die 20 kennen, und wir kamen ins Gespräch. Nach und nach und über mehrere Monate hinweg erzählte sie mir ihre ganze Lebensgeschichte, in kleinen Bruchstücken. Die Geschichte wurde immer schlimmer, je mehr sie sich entfaltete. Über mehrere Wochen hinweg wurde ein ganzes systematisches Erpressungsmanöver in allen Einzelheiten aufgedeckt.

Im Alter von 7 Jahren war sie von ihrem Vater verführt worden. Er entjungferte sie im Alter von 11 Jahren. Im Alter von 14 Jahren stellte er sie anderen Mädchen und Jungen vor, die ebenfalls missbraucht worden waren. Im Alter von 15 Jahren wurde sie dann in die Prostitution eingeführt. Seitdem verlangte ihr Vater einmal im Monat sexuelle Befriedigung und bat sie, regelmässig als Prostituierte zu arbeiten. Ihr Vater hatte sie mit Drohungen und durch die Zahlung eines Teils der Prostitutionseinnahmen völlig unter Kontrolle. Sie wurde häufig daran erinnert, dass ihre Leistungen nie gut genug waren. Es wurde nie ein Verhütungsschutz verwendet. Sie hatte bereits drei Schwangerschaftsabbrüche hinter sich.

Nun wollte sie diese Bindung endgültig auflösen.

Für Aussenstehende ist es schwer nachvollziehbar, dass Kinder oder Jugendliche, die in einer westlichen Gesellschaft aufwachsen, nicht gegen ein solch qualvolles Regime rebellieren. Tatsächlich rebellieren sie manchmal, aber soweit ich das beurteilen kann, ist die Wahrscheinlichkeit sehr hoch, dass Jugendliche die Prostitution nicht freiwillig aufgeben, wenn sie sich einmal auf diesen Weg begeben haben.

### **Therapie**

*[Dies ist kein therapeutischer Rat, sondern dient nur der Information.]*

Ich hatte einige Ideen, was zu tun wäre.

Vor Jahren hatte ich im Rahmen meines Studiums der klinischen Psychologie an den Universitäten McGill und Concordia in Montreal (1979-1983) ein intensives Genesungsprogramm entwickelt, das einige Elemente der Tiefenhypnose mit ausgewählten psycho-somatischen Elementen des "Focussing"-Ansatzes von Eugene T. Gendlin<sup>1</sup> kombinierte. In den folgenden Jahrzehnten habe ich diese experimentelle

1 <https://focusing.org/sixsteps>

Technik an mir selbst und an etwa 30 unbezahlten Freiwilligen angewendet und verfeinert. Sie war überall sehr erfolgreich.

Allerdings habe ich dieses Programm nie vollständig dokumentiert, weil ich mit vielen anderen beruflichen Aufgaben beschäftigt war. Als ich jedoch erkannte, was mit dieser jungen Frau geschehen war, sammelte ich die verschiedenen Elemente des Programms und leitete sie durch eine Reihe von Übungen, um ihre Schmerzen und Leiden zu lindern.

Im Folgenden werde ich die Therapie selbst zusammenfassen, aber bitte beachten Sie auch den freien Text im obigen Verweis.

In voller und sanfter Akzeptanz der gesamten durchlebten Erfahrung bitte ich die Personen, in einen hochemotionalen Zustand zu kommen, indem sie sich z.B. an alle situativen Ereignisse in lebhaften Details erinnern. Sobald sie sich in diesem Zustand befinden, werden sie gebeten, den Schmerz und das Unbehagen der vergangenen Erfahrung in irgendeinem Teil ihres Körpers zu spüren (die "fokussierende" Erfahrung).

Dieses gefühlte Empfinden wird im ganzen Körper, in allen möglichen Körperregionen, für längere Zeit verfolgt, bis das Gefühl des Schmerzes, der Frustration und/oder der Qual vollständig verschwunden ist. Diese Verfolgung des Empfindens kann bis zu einer halben Stunde dauern, und die Person wird gebeten, bei dem Schmerz und bei möglichen visuellen Bildern zu bleiben, bis er verschwindet.

Anschliessend werden die Personen gebeten, sich eine glückliche oder heitere Szene oder ein Ereignis vorzustellen, bis sie sanft einschlafen.

Die Klienten berichten mir, dass sie am Ende eine grosse Erleichterung verspüren. Nach mehreren solcher Erfahrungen verschwinden fast alle Qualen langfristig. Wenn das Unglücksgefühl wieder auftaucht, sollten sie sich wieder mit dem empfundenen Gefühl verbinden, sich ihm stellen und es erneut durch den Körper jagen, bis es verschwindet.

In einer ernstesten Situation wie der beschriebenen würde das gesamte Programm etwa drei Monate dauern und etwa 15 Fokussierungssitzungen erfordern. Danach, nach Monaten oder Jahren, könnten weitere schmerzhafte Ereignisse auftauchen, und weitere Focusing-Sitzungen könnten angezeigt sein.

### ***Wie geht es jetzt weiter?***

Das Schlimmste liegt hoffentlich hinter uns, und wir können uns der Frage zuwenden, was gegen dieses gigantische Versklavungs- und Erpressungsprogramm getan werden kann. Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, was in unserer Welt so furchtbar schief gelaufen ist, vor allem in Bezug auf Prostitution, Sklaverei und Menschenhandel?

*Können wir überhaupt etwas tun?*

Ich antworte mit Nachdruck: Ja, wir können eine ganze Menge tun. Viel mehr, als ich jemals für möglich gehalten hätte. Das ist sehr wichtig geworden, denn gerade in den nächsten Jahren stehen Ereignisse mit langfristigen Auswirkungen für die gesamte Menschheit an. Wir können viel zur Verbesserung der Welt beitragen.

[Ich fragte mein Höheres Selbst erneut mit dem Pendel, ob ich seine Absicht richtig erfasst habe. Wieder wurde mir "starke Zustimmung" gegeben. Ich lächle, denn im täglichen Sprachgebrauch ist "starke Zustimmung" eher selten].

## 3.1. Was ist die fünfte Dimension?

Ein bisschen zufällig sind wir aufgestiegen. Zumindest wird uns das so gesagt.

"Ja, vielleicht", werden Sie sagen, "aber ich sehe es nicht. Die Welt sieht für mich immer noch genauso aus wie vorher."

Das stimmt. Lassen Sie mich Ihnen eine dumme Geschichte erzählen, die genau Ihren Standpunkt verdeutlicht.

Zwei australische Ureinwohner waren in der Torres-Strasse beim Fischen, als der holländische Seefahrer Willem Jansoon 1606 auf der Duyfken vorbeikam. Willem rief ihnen zu: "Wir sind Holländer und wir sind gekommen, um Australien zu entdecken!" Die Eingeborenen, die göttlich befähigt waren Niederländisch zu verstehen, waren angenehm überrascht, ruderten nach Hause und erzählten ihren Frauen: "Die Niederländer haben gerade Australien entdeckt! Jetzt können wir unseren Fisch gegen holländischen Käse eintauschen!" Die Ehefrauen waren nicht beeindruckt und antworteten unwirsch: "Lass das, bring den Fisch, das Feuer brennt und ich habe Hunger."

Die Welt *sieht nicht* für jeden anders aus, nur weil man glaubt, dass es eine fünfte Dimension gibt. Sie sieht immer noch so aus wie früher, wir haben nur eine neue Hypothese hinzugefügt.

### **Australien - eine 250 Jahre alte Hypothese**



Abb. 1. Nicolas Desliens Karte (1566). Wikipedia.

Als Jansoon zum ersten Mal eine schwache Linie am südlichen Horizont entdeckte, wusste er da, dass es sich um einen ganzen Kontinent handelte? Nein, er hatte vielleicht ein paar Geschichten gehört, aber er konnte sich nicht sicher sein. Ein halbes Jahrhundert zuvor hatten die Portugiesen in Europa ein solches Garn gesponnen, das in die Karten von Dieppe eingearbeitet

wurde (Abb. 1).

Aber die europäische Öffentlichkeit war sich erst sicher, dass es wirklich einen ganzen Kontinent "down under" gab, als Matthew Flinders Australien ganz am Ende des 17. Jahrhunderts umfuhr. Zwischen der ersten Vermutung und einer zuverlässigen Bestätigung lagen gewaltige 250 Jahre (1550-1800). Während dieser ganzen Zeit war Australien für die meisten Europäer nichts weiter als eine *Hypothese*. Genauer gesagt war es eine Hypothese, die sich sehr langsam von Gerüchten über starke Ahnungen und eine sehr wahrscheinliche Realität zu einer bestätigten Tatsache entwickelte.

Das ist an sich nichts Ungewöhnliches – das ist ein normaler Weg des Wissenserwerbs und der Wissenschaft. Eine Tatsache oder ein Konzept erscheint zunächst sehr seltsam und durchläuft dann verschiedene Stadien der Demonstration und Akzeptanz, bis es zum Allgemeinwissen wird.

Was die Ankunft in einer so genannten "aufgestiegenen" (>4D) Dimension betrifft, so könnten wir uns dort befinden, wo Jansoon 1606 an der Torres-Strasse war. Wir haben vielleicht einige erstaunliche Gerüchte gehört, oder wir hatten einige luzide Träume, oder wir sind sogar astral in eine aufgestiegene Dimension gereist. Aber Sie haben recht, derzeit ist eine aufgestiegene Dimension nichts weiter als eine faszinierende Hypothese.

Aber... wie könnten wir unsere Gewissheit, dass wir uns wirklich in der 5. Dimension befinden, verbessern?

### **Die Möglichkeit**

Zunächst könnten wir die theoretische Möglichkeit untersuchen. Einigen wir uns auf drei euklidische Entfernungsdimensionen (Höhe, Länge und Tiefe) und eine Zeitdimension (Vergangenheit-Gegenwart-Zukunft). Ist unter diesem Gesichtspunkt eine 5. Dimension möglich?

Wenn man gelernt hat, in nur so vielen Dimensionen zu funktionieren, kann es schwierig sein, sich die nächsthöhere Dimension vorzustellen. Alle Phänomene, denen man begegnet, werden "logischerweise" so interpretiert, dass sie nur in den bekannten Dimensionen vorkommen. Veranschaulichen wir dies anhand des Beispiels, das in dem Video "Tenth Dimension" auf YouTube<sup>1</sup> gezeigt wird.

Nehmen wir einen Möbius-Streifen (einen Papierstreifen, der einmal umgedreht und an den Enden zusammengeklebt wird) [Abb. 2] und zeichnen wir eine Linie in seiner Mitte. Der Bleistift wird verschiedene 3D-Drehungen durchlaufen und sowohl ausserhalb als auch innerhalb des Streifens verlaufen, um die Linie zu vervollständigen, wenn diese von einer 3D-Person gesehen wird [Abb. 3 und 4].



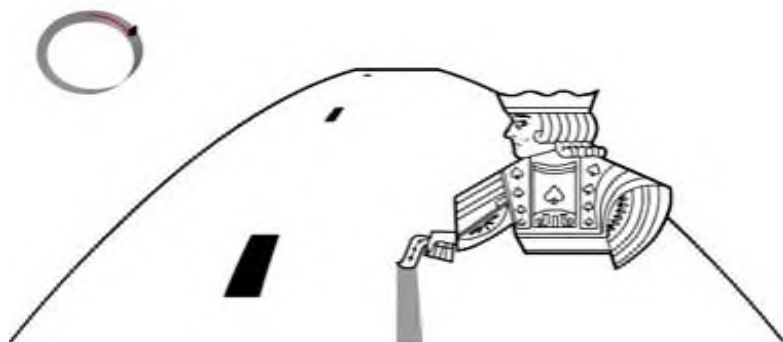
Möbius loop 1



Möbius loop 2



Möbius loop 3



„2D flatlander“ Sicht.

Abbildungen aus dem YouTube-Video "10th Dimension".

<sup>1</sup> YouTube "[Imagining the Tenth Dimension part 1 of 2](https://www.youtube.com/watch?v=JkxieS-6WuA)" and "[Imagining the Tenth Dimension part 2 of 2](https://www.youtube.com/watch?v=ySBaYMESb8o)"  
<https://www.youtube.com/watch?v=JkxieS-6WuA> and <https://www.youtube.com/watch?v=ySBaYMESb8o>

Ein 2D-"Flachlandbewohner" – jemand, der nur zwei Dimensionen sieht – wird jedoch nicht mehr als eine einzige Linie rund um den Streifen sehen [Abb. 5]. Ausserdem sieht der Flachländer einen unendlichen Weg, während wir glücklichen 3D-Euklidianer die Endlichkeit des Streifens leicht erkennen können.

Ein sehr aufmerksamer 2D-Flatlander hätte vielleicht einige Veränderungen in der Lichtintensität des Streifens entlang des Weges gesehen, aber nur eine 3D-Person wäre in der Lage gewesen, diese Veränderungen mit den verschiedenen Positionen der Lichtquelle in Verbindung zu bringen. Ein niederdimensionaler Geist assimiliert oder "faltet" einfach höherdimensionale Beweise in niederdimensionale Interpretationen dieser Beweise.

Theoretisch ist ein höherdimensionaler Zustand immer möglich. Aber um seine Anwesenheit zu bestätigen, brauchen wir 5D-Beweise, die wir in der Vergangenheit vielleicht systematisch auf drei oder vier Dimensionen heruntergefaltet haben. Es ist nicht leicht, sich ein 5D-Objekt vorzustellen, denn die ganze Welt funktioniert mit dem 3D-plus-Dimensionen-Modell, und so ziemlich alles scheint "erklärt". Einige meiner Freunde aus der Wissenschaft würden sagen: "Sicher, man könnte immer für eine weitere Dimension<sup>2</sup> argumentieren. Aber was bringt dir das?"

In diesem Zusammenhang verweisen sie vielleicht auf das berühmte "Standardmodell" der Teilchenphysik. Dabei handelt es sich um eine seit langem entwickelte, umfassende und sehr detaillierte Beschreibung atomarer und subatomarer Teilchen und für viele Beobachter unserer gesamten physischen Existenz, von den vielen Aspekten der kalten dunklen Materie einmal abgesehen. Aber keine davon hat das "Standardmodell" bisher überzeugend verdrängt.

Wenn Sie also kein versierter Physiker oder Astrophysiker sind, werden Sie es schwer haben, physikalische Beweise für eine fünfte Dimensionsfalte zu finden. Alle bisher bekannten physikalischen Eigenschaften unseres alltäglichen Universums werden durch Zahlen vorhergesagt, die bis auf die zehnte Dezimalstelle oder besser genau sind.

Dies erklärt die Zurückhaltung der heutigen Wissenschaftler gegenüber den Erzählungen über eine 5. Dimension, die aus spirituellen, ausserirdischen und "Insider"-Quellen stammen. Für sie ist eine 5. Dimension nichts viel weiter als eine interessante konzeptuelle Hypothese.

Wir könnten es dabei belassen, wenn es nicht die *Wurmlöcher* gäbe.

## ***Wurmlöcher***

Laut Wikipedia ist ein Wurmloch eine hypothetische topologische Eigenschaft der

---

<sup>2</sup> Hier ist ein weiterer einfacher Weg, die 5. Dimension zu verstehen:

Ein Punkt hat keine Dimension. Er befindet sich an einem festen Ort und kann sich nicht bewegen.

Eine Linie, also die erste Dimension, bietet mehrere Möglichkeiten für einen Punkt, in einer Richtung zu existieren.

Das Gleiche gilt für die zweite und dritte Dimension, die dem Punkt zwei weitere orthogonale Richtungen bieten. Im flexiblen Raum der drei Dimensionen kann man ein dreidimensionales Objekt definieren.

Die vierte Dimension vervielfacht die Existenz des Punktes entlang der Zeitlinie, und das 3-dimensionale Objekt kann nun in seinem vergangenen, gegenwärtigen oder zukünftigen Zustand betrachtet werden.

Die fünfte Dimension bietet einen weiteren multiplikativen Zustand, der es uns erlaubt, mehrere zeitlich spezifizierte 3D-Objekte als Teil einer einzigen Menge zu betrachten. Aus diesem Grund bezeichnen manche Theoretiker die fünfte Dimension als "Informations"-Dimension. Da man mit einem einfachen 5D-Bezug zahlreiche neue zeitlich spezifizierte 3D-Objekte erschaffen kann, kann man die 5. Dimension auch als die Dimension der "Kreativität" betrachtet werden.

Raumzeit, die eine "Abkürzung" durch die Raumzeit darstellen könnte (ein anderer gebräuchlicher Begriff: ein "Portal"). Dementsprechend könnten wir 3D-Euklidianer uns durch einen 5D-Raum schlängeln, ähnlich wie der 2D-Flachländer, der sich entlang eines 3D-Mobiusbandes schlängelt. Und wie der Flachländer, der plötzlich auf der anderen Seite des zusammengeklebten Mobiusbandes landet, könnten wir plötzlich eine "Abkürzung" erreichen, die uns sofort an einen völlig anderen Ort in der Raumzeit bringt. Diese Abkürzung wäre ein 5D-"Sprung", der als unsichtbare "Falte" in unserer abgeflachten 3D-Vorstellung des Universums erscheint.

Wurmlöcher wurden bereits in den 1920er Jahren vorhergesagt. In den 1950er Jahren wurden sie zu einer beliebten Theorie für bestimmte Astrophysiker und für Millionen von Science-Fiction-Fans, die den Zeitreise-Aspekt der Wurmloch-Hypothese erforschten.

All dies blieb höchst spekulativ, bis vor einigen Jahren Andrew D. Basiago in Internet-Talkrunden auftauchte und behauptete, die USA hätten in den 60er, 70er und 80er Jahren ein kontrolliertes Wurmlochsystem entwickelt, mit dem er und einige andere Jugendliche als erste an entlegene Orte sowie in entlegene Zeiten sowohl in der Vergangenheit als auch in der Zukunft reisen konnten<sup>3</sup>. Er und mehrere andere "Reisende" im Rahmen desselben geheimen US-Programms haben nun offiziell erklärt, dass sie auf diese Weise zum Mars gereist sind.

Weitere wichtige Beweise für ein "Jumproom to Mars"-Programm kamen durch eine Reihe von Interviews auf Camelot und mit verschiedenen anderen "Whistleblower-Reportern", insbesondere von einer Person, die sich Henry Deacon nannte und die schon vor Basiago erklärt hatte, dass er auf genau diese Weise zum Mars geschickt worden war, um Wartungsarbeiten an einigen elektronischen Geräten durchzuführen, die die USA dort unterhielten.<sup>4</sup>

Unsere erste Reaktion ist es, all dies für totalen Unsinn zu halten. Wir sind geneigt, dies auf eine hyperaktive Phantasie und Grössenwahn zurückzuführen. Aber diese Rationalisierung verschwindet schnell, wenn man den stundenlangen, detaillierten Berichten zuhört, die Andrew Basiago und andere uns gegeben haben.

Ausserdem haben eine Reihe von "Deep Insider"-Quellen viele weitere unterstützende Hinweise gegeben, insbesondere seit 2015. Die Gerüchte über ein solches Programm sind nicht verstummt, sondern haben mit der Zeit an Bedeutung gewonnen. In den letzten Jahren haben viele andere Whistleblower so detaillierte Informationen geliefert, und es sind so viele Belege aufgetaucht, dass jeder neugierige Internetkunde genügend Beweise erhalten kann.

Die neuesten relevanten Dokumente finden Sie auf unserer internen Website für Dokumente.

### ***Wichtiger als wir ursprünglich dachten***

Nachdem ich mir viele Stunden lang verschiedene dieser Zeugenaussagen angehört hatte, glaubte ich Henry Deacon, Andrew Basiago und anderen um etwa 2012 herum. Ihre Geschichten klangen wie die Wahrheit. Es schien tatsächlich möglich, dass ein "Wurmloch-Aufzug" gebaut wurde und dass Henry Deacon, Andrew Basiago und viele andere bereits mit einem solchen Gerät zum Mars und an andere Orte gereist sind.

---

3 <http://www.projectpegasus.net/index>, siehe auch das spontane 39-teilige Interview mit Jessica Mystic von 2009. [https://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=iwE8m50sbWk](https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=iwE8m50sbWk)

4 Z.B. YouTube "JUMPROOM TO MARS: a new conversation with David Wilcock" <https://www.youtube.com/watch?v=VMwJmIRF7ZE>, YouTube "Rafael Palacios interviews Henry Deacon" <https://www.youtube.com/watch?v=6WYyKnqzHco>, YouTube "PROJECT CAMELOT BARCELONA FUTURETALK\_revised" <https://www.youtube.com/watch?v=X1Sw8yutl1Y>.

Ausserdem scheinen mit diesem Gerät auch Zeitreisen möglich zu sein. Basiago schildert ausführlich, wie er ins Jahr 1863 reiste, um Präsident Lincoln bei seiner Rede in Gettysburg zu erleben, und er spricht kurz über Projektionen, die er für eine mögliche Zeitlinie im Jahr 2017 und im Jahr 2035 gemacht hat. Diese Zeitreiseexperimente wurden offenbar mit grosser Sorgfalt durchgeführt, um keine geschichtsverändernden Elemente einzuführen (d.h. um das "Grossvaterparadoxon" zu vermeiden).

So wie ich diese Geräte verstehe, erreicht diese Technologie durch Manipulationen der 4. und 5. Dimension quasi konstante Raum- und Zeitverschiebungen. Aus dieser Perspektive werden die Raumzeit und die 5. Dimension zu manipulierbaren Einheiten. Es liegt auf der Hand, dass die 5. Dimension durch augenblickliche Zeit- und Raumreisen – falls sie tatsächlich möglich sind – viel wichtiger wird, als wir ursprünglich gedacht haben.

Wir würden uns damit eine Menge "erkaufen". Eine Physik, die Wurmlöcher nicht nur versteht, sondern auch manipulieren kann, ist ein grosser Fortschritt gegenüber der heutigen Standardphysik, die Wurmlöcher hauptsächlich als interessante Hypothese für die Astrophysik behandelt.

### ***Nüchterne Einstellung zur 5. Dimension***

Könnte die "Jumproom-Technologie" zweifelsfrei beweisen, dass die 5. Dimension existiert? Ja, das könnte sie, aller Wahrscheinlichkeit nach. Aber bleiben wir realistisch. Diese Technologie wird noch sehr lange geheim gehalten werden, und ich erwarte nicht, dass plötzlich jedes Detail offengelegt wird.

In der Zwischenzeit bestärkt die einfache und bestärkende Möglichkeit, dass diese Technologie existiert, die aufgestiegene Hypothese, von der mir mein Höheres Selbst erzählt hat. Das ist gut genug für den derzeitigen Stand der Hypothese. Obwohl wir noch weit von einer vollständigen Bestätigung entfernt sind, hat sich die Existenz und die Bedeutung einer höheren Dimension deutlich bestätigt.

Ähnlich wie die frühen australischen Entdecker, die mit jeder neuen Seemeile sicherer wurden, dass sie tatsächlich einen neuen Kontinent umsegelten, habe ich persönlich eine wachsende Überzeugung, dass mein Geist tatsächlich eine völlig neue Dimension erforscht und Erfahrungen darin sammelt, die Welt aus der 5D-Perspektive zu betrachten. Seit meinem Aufstieg habe ich eine neue Beziehung zu Zeit, Raum und paranormalen Ereignissen. Es ist eine Perspektive, die es verdient, weiter erforscht zu werden.

[Ich habe mein Höheres Selbst gefragt, ob es mit diesem Blog in seiner jetzigen Form einverstanden ist. Die Antwort war: "Einverstanden". Ich spürte einen gewissen Mangel an Enthusiasmus, also fragte ich: "Glaubst du, dass das alles ziemlich elementar ist?" Antwort: "Einverstanden". "Glauben Sie, dass es wichtig ist, diese begrifflichen Grundlagen zu schaffen?" Antwort: "Eindeutig einverstanden". "Also, kann es auf die Website gestellt werden?" "Einverstanden".]

## 3.2. Das Wasser des geistigen Reiches – fließt es wirklich?

NUN GUT. Wir sind aufgestiegen, wir wenden unsere Lebenslektionen an, wir haben eine emotionale Reinigung durchgemacht und wir haben eine Vorstellung davon entwickelt, was eine aufgestiegene Dimension sein könnte. Wenn du noch bei uns bist, wirst du wahrscheinlich diese neue Dimension erforschen wollen.

Lasst mich die Tore öffnen.



Ist das nicht erstaunlich?

Hier ist er, ein wunderbarer Garten. Sieh dich um. Überall Sonnenschein. Es ist wunderbar, Bäume und Blumen, und überall Leben. Tritt ein und lass die Freude in dich eindringen.

Setz dich hin, nimm sie in dich auf. Oder noch besser, schliesse Sie die Augen und höre zu – mit Ohren und mit Deinem Herzen.

Kannst Du es spüren? Was ist so besonders an diesem Ort?

Nach einer Weile höre ich Folgendes: *"Die Liebe ist*

*unglaublich. Überall, wo du hinkommst, gibt es Verständnis, Akzeptanz, Freude und Liebe. Diese Dimension ist eine Welt der Liebe"*.

So hatte ich noch nie über die Liebe nachgedacht. Was ist all diese "Liebe"? Hatte ich in 3D nicht genug geliebt?

Ich fragte Melkiades.

Eine rätselhafte Antwort kam zurück: *"Im spirituellen Leben ist die Liebe wie das Wasser im biologischen Leben"*.

Ich dachte eine Sekunde lang nach, dann verstand ich es. Wir wissen, dass Wasser jede Zelle von Pflanzen, Tieren oder Menschen durchdringt. In 3D braucht das gesamte biologische Leben Wasser. Melkiades sagte, dass das Medium im spirituellen Leben die Liebe ist. Sie ist notwendig für alles, was in der geistigen Welt existiert.

Gedanken und Handlungen werden von der Liebe motiviert. Ohne sie würden Beziehungen, Familien, alles, was für uns wirklich von Bedeutung ist, schnell zerbröckeln – so wie das Leben ohne Wasser nicht existieren könnte. Oder wenn Sie einen anderen Vergleich brauchen: Liebe ist in der geistigen Welt das, was Öl und Benzin für Verbrennungsmotoren sind. Ohne sie läuft gar nichts.

Hmm. Ich habe also gefragt: Was ist in der Liebe, das ich noch nicht kenne?

Ich weiss, dass mir einige Menschen um mich herum sehr am Herzen liegen.

Ich weiss, wie ich mich fühle, wenn ich die Liebe in den Augen eines mir nahestehenden Menschen sehe.

Ich weiss, wie ich mich im Liebesspiel fühle.

Ist das Liebe? Ist das die spirituelle Liebe? Ja, sagt Melkiades, das ist ein Teil davon, so erlebe ich die Liebe. Die Liebe wächst spontan, sie fliesst mehr und mehr in deinen Körper, wenn die Bedingungen stimmen.

*Melkiades sagt mir, dass Liebe der wahre Schlüssel des Lebens ist.*

Man kann zwar niemandem sagen: "Geh und liebe jemanden", aber man kann die richtigen Bedingungen schaffen, damit die Liebe wächst. Helfen Sie der Liebe spontan zu wachsen. Melkiades sagt: "Pflanzen wachsen nicht auf Stein". Man kann ihnen nicht sagen, "geh und wachse auf Stein". Aber du kannst ihnen etwas reiche Erde und ausreichend Wasser geben, und mit etwas Sonnenlicht werden sie und wollen sie wachsen.

## **Der grosse Schmollmund**

Manchmal kann man nicht wirklich zeigen, was Liebe ist. Aber man kann zeigen, was passiert, wenn die Liebe nicht mehr da ist oder gar nie da war. Die **Abwesenheit von Liebe** zeigt auf erschütternde Weise, was Liebe sein könnte – wenn sie noch da wäre.

Die Abwesenheit von Liebe ist so häufig in der Welt, dass wir sie sofort ansprechen müssen, bevor wir zum Rest der Geschichte kommen. Wenn ihr jetzt wegen mangelnder Liebe leidet, müssen wir uns schnell um euer Anliegen kümmern.

Da meine Berater gute Lehrer sind, gaben sie mir bald ein klares Beispiel.

Ich befand mich in einem eineinhalbstündigen Flug. Auf den beiden Plätzen neben mir sass ein gut aussehendes Paar in den späten Zwanzigern. Sie waren beide sehr nett zu mir, als sie sich setzten. Sie gehörten offensichtlich zusammen, denn sie teilten sich einen Koffer. Aber während des gesamten Fluges wechselten sie kein Wort und kuschelten sich nicht aneinander. Er schaute geradeaus und sie schaute aus dem Fenster.

Ich habe mich gefragt. Würden sie jetzt anderthalb Stunden "Quality Together Time" (Gemeinsame Qualitätzeit) damit verbringen, zu schmollen? Oder damit, sich gegenseitig etwas klarzumachen? Oder damit, sich gegenseitig zu langweilen? Warum sagte dieser gut aussehende Mann nicht einmal ein Wort zu seiner absolut charmanten Freundin? Oder andersherum?



Ich fing an, über die beiden nachzudenken, mich zu wundern und Mitleid zu empfinden. Ich mag es nicht, Menschen leiden zu sehen. Innerlich hörte ich die Vorwürfe. "Er hat keinen Respekt vor dem, was ich denke. Ich traue mich nicht einmal mehr, meinen Mund aufzumachen." "Sie interessiert sich nicht für die Dinge, für die ich mich interessiere." "Er ist ein netter Kerl, aber er denkt nur an das eine, und versteht nicht, was mich wirklich interessiert." "Sie ist so stur. Sie fängt an zu schmollen, wenn ich nicht mit seinen Ideen einverstanden bin."

All das habe ich schon in Gesprächen mit Freunden und Kunden gehört, und am Ende kommt Folgendes dabei heraus: "Ich fühle mich allein", "Ich bekomme nicht die Liebe, die ich verdiene", "Ich gebe so viel Liebe wie ich kann, aber ich bekomme keine zurück". Das geht sogar so weit, dass: "Er ist nicht einmal fähig zu lieben. Alles, wozu ich gut bin, ist der Liebesakt. Und selbst das ist langweilig geworden."

Der Fluss der Liebe ist blockiert. Das Wasser gelangt nicht zur Pflanze und sie kann nicht mehr wachsen. Das Benzin kommt nicht mehr in den Motor. Wir stecken auf der Strasse

fest. Es ist an der Zeit, den Servicemann zu rufen. Wir müssen wissen, ob es sich um ein kleines oder grosses Problem handelt.

### ***Ist es ein kleines Problem?***

Manchmal ist es nur ein kleines Problem. Vielleicht brauchen Sie nur ein wenig Benzin, und der Motor springt wieder an. In anderen Fällen ist der Fall drastischer.

Schauen wir uns alle Möglichkeiten an.

Handelt es sich um ein kleines Missverständnis? Warum sollte man in diesen kostbaren gemeinsamen Minuten nicht darüber reden? Bei all dem Fluglärm könnte niemand hören, was sie einander sagen. In ein paar Minuten offener Konversation könnte sich die Frustration über etwas, das passiert ist, in ein paar Minuten oder Stunden auflösen.

*Schnelle Lösung.* Reden Sie mit einander – ganz ehrlich. Hören Sie zu, was er/sie zu sagen hat. Nehmen Sie es ernst. Denken Sie darüber nach. Arbeiten Sie zusammen. Gemeinsam können Sie eine bessere Zukunft in eurer Liebe aufbauen, in der Sie denselben Auslöser vermeiden.

Zeigen Sie Verständnis, reagieren Sie nicht auf Beleidigungen. Lassen Sie die Emotionen zur Ruhe kommen. Hören Sie zu, kommunizieren Sie und lösen Sie allfällige Probleme. Bleiben Sie nicht einfach sitzen und schmollen sie diese nicht einfach weg.

### ***Handelt es sich um ein anhaltendes Problem?***

Ist es etwas, das immer wieder auftaucht?

In dem Fall reicht einfach nur "drüber reden" nicht mehr aus – wir brauchen eine richtige Art der Kommunikation. Sich gegenseitig anzuschreiben ist keine Kommunikation. Hier sind einige nützliche Fragen:

- Hört sich Ihr Partner Ihr Problem wirklich an? Aufrichtig? Gibt es einen konkreten Versuch zu helfen, der zeigt, dass das Problem wirklich verstanden wurde?
- Hören Sie sich die Probleme Ihres Partners wirklich an? Haben Sie Mitgefühl, auch wenn Ihr Partner etwas Dummes getan hat?
- Sind Sie da, um ihm/ihr die Haare zu streicheln, wenn etwas Ungerechtes am Tag passiert ist? Helfen Sie, und lassen Sie sich im Gegenzug auch mal helfen?
- Es gibt auch eine gestische Kommunikation. Sexuelle Begegnungen sind einer der wichtigsten Orte, an denen die nichtsprachliche Kommunikation wirklich zählt.
- Hören Sie auf die Bedürfnisse Ihres Partners? Helfen Sie ihm/ihr, zur vollen Erregung zu kommen? Sind Sie entspannt und geniessen Sie die wunderbare Zeit, die es für beide braucht? All das ist Teil der "Kommunikation": zu spüren, wie sich die andere Person fühlt, wenn sie sich zu einem freudigen und vollen Höhepunkt aufbaut, in ihrer eigenen, angemessenen Zeit.
- Die ganze sexuelle Geschichte besteht darin, etwas gemeinsam zu tun, das wirklich aussergewöhnlich ist. Um das wirklich gemeinsam zu tun, in der Liebe, braucht man eine starke Fähigkeit zum Zuhören und Fühlen. Wir öffnen die Poren und lassen die Liebe ein- und ausströmen.

Berühren wir jetzt einige ernste Fragen?

Oder der Fall ist vielleicht noch ernster. Sie fragen sich vielleicht, wo Ihre Beziehung wirklich steht. Sie haben Zweifel bekommen, einige ernste Fragen gehen Ihnen jetzt durch

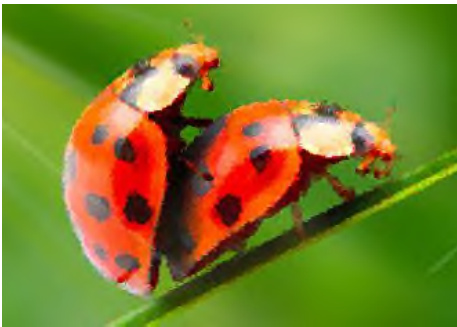
den Kopf.

## **Zwei Schlüsselfragen**

Sie können schnell zum Kern der Sache vordringen. Zwei Fragen genügen, um den aktuellen Zustand Ihrer Partnerschaft zu bestimmen.

*Stellen Sie sich Frage 1 (Fürsorge und Mitgefühl):* "Was passiert, wenn ich meinem Partner von einer Frustration erzähle, die ich in meinem Tag erlebt habe?" Gibt es Verständnis, Mitgefühl und möglicherweise ein Hilfsangebot? Ja/Nein.

*Stellen Sie dann Frage 2 (Austausch):* "Ist unsere intime Erfahrung die Geschichte von zwei Einsamen, oder ist sie die Geschichte von gegenseitigem Verständnis und dem Fluss der Liebe zwischen uns?" Ja/Nein.



Wenn Sie eine oder beide Fragen mit "Nein" beantworten, **geben Sie nicht gleich auf**. Wenn Sie festgestellt haben, dass die Liebe nicht zu der Pflanze vordringt, ist es an der Zeit, die Blockaden zu überprüfen. Beginnen Sie zu kommunizieren. Holen Sie sich Hilfe von jemandem, dessen Beziehung gut läuft. Fragen Sie, wie sie ihre Meinungsverschiedenheiten lösen. Lernen Sie von anderen und wenden Sie das Gelernte dann in Ihre eigene Beziehung.

Und geben Sie dem Ganzen Zeit. Auch wenn es zunächst keine Reaktion gibt, kann das Eis gebrochen sein. *Antworten kommen vielleicht erst Wochen oder Monate später*. Bleiben Sie daran, versuchen Sie es erneut, achten Sie auf die Zeichen, seien Sie geduldig und bauen Sie in der Zwischenzeit Ihre Beziehung zu Ihrem Höheren Selbst auf, um reichhaltige Antworten und innere Unterstützung zu erhalten.

## **Können wir Hilfe von unserem Höheren Selbst bekommen?**

Oder befinden Sie sich in jener sehr unglücklichen Situation?

Haben Sie es mit Gesprächen, Berührungen und allem anderen versucht, und das Eis will einfach nicht schmelzen? Auch das kann passieren. Mir ist das passiert, und es ist eine traurige Geschichte.

Es ist ein sehr einsamer Ort. Aber das weißt du ja: Halten Sie durch. Sie sind nicht allein. Du hast Dein Höheres Selbst bei Dir und Deinen persönlichen "Er", "Sie" oder "Sie und mein Kind". Sie werden Dir helfen, das durchzustehen. Auch das ist mir schon passiert.

*Ja, wir können Hilfe von unserem Höheren Selbst bekommen.*

*Ja und definitiv ja, Sie haben wirklich Ihr eigenes Höheres Selbst.*

Sehen Sie sich das an: Wenn Sie weiblich sind, ist ihr Höheres Selbst in 95% der Fälle selbst weiblich. Wenn Sie männlich sind, ist er in 95% der Fälle selbst männlich. Meditieren Sie fünf Minuten lang, und dann erfragen Sie seinen Namen. Wenn Ihnen in diesem Moment kein Name einfällt, beginnen Sie das Gespräch einfach mit "Liebes Höheres Selbst". Sobald Sie spüren, dass Ihnen jemand zuhört, sind Sie bereit, weiterzumachen.

Jetzt sind Sie bereit, diese Fragen erneut zu stellen.

## **Wenden Sie die Schlüsselfragen an**

Jetzt wenden Sie die Skala an (Frage 1). Kümmert sich Ihr Partner jetzt wirklich um Sie? Hat sich Ihr Partner zu Beginn Ihrer Beziehung um Sie gekümmert? Hat dieses Interesse im Laufe der Monate und Jahre nachgelassen? Oder war es nur "Spass und Spiel" oder ein "sexuelles Machtspiel", das Sie in die Beziehung verwickelt hat? Die nie zu echter Fürsorge oder zu einer vollständig gemeinsamen Beziehung herangereift ist?

Das sind die Momente der Wahrheit. Überprüfen Sie dies mit Ihrem Höheren Selbst. Es kann gut sein, dass Sie eine dunkle Realität sehen, die Sie nie zuvor sehen wollten.

Wenden Sie die Skala des Teilens an (Frage 2). "Ist unsere intime Erfahrung die Geschichte von zwei Einsamkeiten?" Fragen Sie Ihr Höheres Selbst.

## **Trennen?**

Wenn Sie die Botschaft erhalten, sich zu trennen, brauchen Sie gute Freunde um sich herum. Der beste Ort, um damit zu beginnen, ist immer Ihr Höheres Selbst. Es ist immer bei Ihnen und will immer, dass Sie Erfolg haben, auch wenn die Lektion hart ist. Sprechen Sie mit ihr oder ihm.

Wenn Ihr Inneres sagt: "Dies ist nicht mehr der Ort der Liebe", hören Sie genau hin. Dein Inneres kann auch sagen: "Ja, das ist wirklich schlimm. Und doch ist der Morgen nah. Die Sonne wird wieder aufgehen, und ich werde mich der Liebe wieder öffnen – Monate oder Jahre später".

Ihr tiefes Inneres weiss, dass Sie fähig sind, viel mehr zu lieben, als es die gegenwärtigen Umstände erlauben. Sie oder Er möchte Ihnen helfen, die Liebe wieder zu finden. Und das werden Sie auch.

## **Melkiades fügt einen Kommentar hinzu**

Denken Sie nun an Ihre Mitmenschen. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie sich entschieden haben, sich zu trennen. Wenn die Botschaft in Ihrem Geist klar ist, gehen Sie mit voller Überzeugung vor, ja, aber versuchen Sie den Schmerz für alle um Sie herum zu minimieren. Eine Trennung ist für alle ein sehr schmerzhaftes Ereignis: für Ihre Partner, Kinder, Familie und Freunde.

Tun Sie es entschlossen, aber auch so sanft wie möglich. Und sprechen Sie mit Ihren Freunden, die es verstehen. Behalten Sie es nicht für sich. Verarbeiten Sie Ihren Schmerz. Es wird der Tag kommen, an dem der Schmerz ein Ende hat. Er kommt meist später, als wir es uns wünschen, *aber er kommt*.

## **Liebe entblocken**

Ganz gleich, ob Ihre häusliche Situation von Liebe erfüllt ist oder ob sie unter einem kleinen oder grossen Mangel an Liebe leidet, das Wissen, dass Sie nicht allein sind, gibt uns Hoffnung. Sie werden echte Freunde finden, die Ihnen helfen können. Schauen Sie sich um. Es gibt Hilfetelefone. Es gibt andere, die ähnliche Schmerzen durchmachen. Bei Freunden, die wirklich verstehen, öffnen sich die Poren und die Liebe kann fliessen.

*Hören Sie auf Ihr Inneres.* Es wird Dir sagen, was du wissen musst.

Vor einiger Zeit, als wir uns für den aufgestiegenen Zustand qualifizierten, haben wir gelernt, zuzuhören und für den anderen da zu sein. Wir wissen also bereits um die schwierige Lektion der Toleranz, der Zeit des Lernens und der Akzeptanz der Unterschiede, die uns unterscheiden und Interesse und Leben in unsere Existenz bringen.

Unser Garten Eden wird nur besser werden, wenn wir die Blumen nicht zertreten.

Und jetzt kommt die harte Lektion. Was ist mit denen, die uns nicht verstehen? Die unsensibel und verständnislos sind? Die uns als minderwertige Wesen oder Schlimmeres behandeln? Was ist mit ihnen zu tun?

Prüfen Sie, wo Sie Ihre eigenen Gedanken verorten. Rache? "Es ihnen heimzahlen"? Wenn ja, vergeuden Sie dann nicht Ihre Zeit und Energie? Können diese Gedanken Ihnen helfen, sich weiterzuentwickeln? Bringen diese Gedanken Sie wirklich weiter?

Wenn wir mit dem Fluss des Verstehens, der Toleranz und der Akzeptanz der höheren Dimensionen vertrauter werden, lernen wir allmählich, wie die Liebe als "das Wasser des spirituellen Bereichs" funktioniert. Ja, wir können sie blockieren. Oder wir können ihr helfen, in jeden Winkel unserer Kommunikation mit anderen zu fließen, in die Art und Weise, wie wir andere behandeln und wie wir unsere Existenz erleben.

Hören Sie auf die Liebe und lassen Sie sie in Ihnen Wurzeln schlagen.

[Ich habe gefragt, ob ich die Ansichten meines Höheren Selbst richtig wiedergegeben habe? "Gut verstanden". "Gibt es zu diesem Thema noch mehr zu sagen?" "Eindeutig zugestimmt". "Soll ich es trotzdem so veröffentlichen, wie es ist?" "Definitiv. Mehr dazu in späteren Abschnitten der Geschichte."]

### 3.3. Lasst Wasser des geistigen Reiches fließen

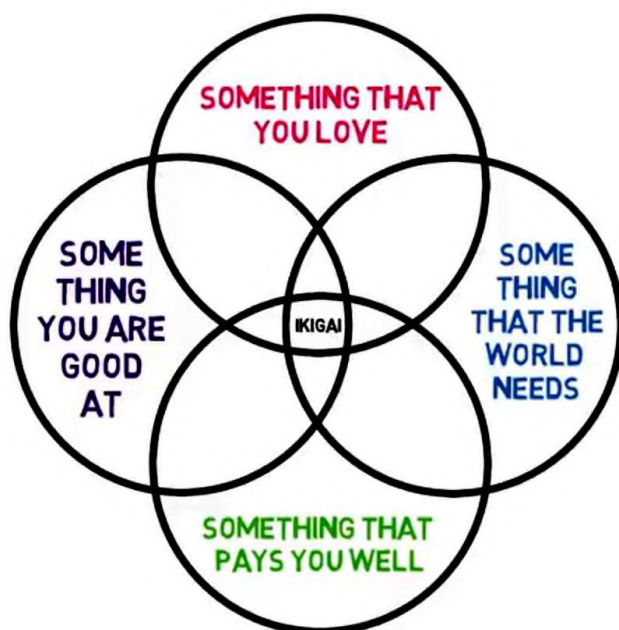
Wir haben Folgendes über das aufgestiegene Leben gehört: "Die Liebe in dieser Dimension ist unglaublich. Überall, wo man hinkommt, gibt es Verständnis, Akzeptanz, Freude und Liebe. Diese Dimension ist eine Welt der Liebe".

Wir haben auch gesehen, was geschieht, wenn die Liebe aufhört zu fließen.

Frage: Können wir sie auch wieder zum Fließen bringen? Natürlich? Spontan? Jedes Mal?

Die Antwort ist ja. Es gibt zwei Teile: **was Sie tun** und **wie Sie es tun**.

Was Sie es tun.



Die Japaner überliefern uns eine alte Weisheit, die sie "Ikigai" nennen. Sie sagen uns, dass wir spontan und natürlich glücklich sind, wenn wir dieses tun...

...etwas, das Sie gerne tun, das Ihre volle Aufmerksamkeit fesselt und das Sie jederzeit gerne tun.

...etwas, das Sie gut können, das Sie viel geübt haben und das andere zum Staunen bringen kann.

...etwas, das die Welt braucht und für das wir Ihre Dienste suchen.

...etwas, das gut bezahlt wird, und etwas, das Ihr langfristiges Überleben so gut wie möglich sichert.

*Bild.* Aus einem Screenshot von "The Japanese Formula For Happiness - Ikigai" <sup>1</sup>

Wenn Sie zwei oder drei dieser Elemente in sich vereinen, erwecken Sie Ihre "Daseinsberechtigung". Wenn Sie tatsächlich alle vier Elemente in Ihr Leben integrieren, haben Sie das Gefühl, dass "das Leben einen sehr guten Sinn für Sie hat". Dann werden Sie von einem kontinuierlichen Empfinden von Glück, Vertrauen und Zufriedenheit erfüllt sein.

"Ikigai" wird mit "Grund des Seins" übersetzt. *Der Ursprung Ihrer inneren Freude liegt in Ihrem Inneren*, nicht im Geld oder im Ruhm. Bringen Sie den Fluss in jedem dieser vier Bereiche des Ikigai in Gang. Es ist nicht nötig, der Beste zu sein, seien Sie einfach sich selbst und genießen Sie Ihre normale Tätigkeit. Das hält den Fluss der Liebe in Gang.

Zu Beginn ihres Erwachsenenlebens stellen viele Menschen fest, dass sie ihre bevorzugte Tätigkeit (a. und b.) nicht ohne weiteres mit ihren Einkommensmöglichkeiten (c. und d.) verbinden können.

---

<sup>1</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=Zxj3P0enJNQ>

Das ist kein wirkliches Problem. Behalten Sie dieses Schema für die Zukunft, es kann Ihnen auf Ihrem weiteren Weg helfen. Wenn Sie reifer werden, eröffnen sich vielleicht Möglichkeiten, drei oder alle vier gewünschten Tätigkeiten zu einer vollständigen und zufriedenstellenden Kombination zu verbinden. Fragen Sie weiter, und plötzlich könnte sich eine tolle Gelegenheit ergeben.

Bei mir war es so.

Auf der anderen Seite halten viele bis in die Fünfziger- und Sechzigerjahre an einer ungeliebten Langzeitbeschäftigung fest, in der Hoffnung, sich später lange und schöne Rentenjahre leisten zu können. Werden sich diese ungeliebten Jahre auszahlen, wenn der Ruhestand endlich kommt?

Betrachten Sie es als innere Freude. In all den ungeliebten Jahren vor dem Ruhestand war Ihre innere Freude abgeschaltet oder stark reduziert. Können Sie sie dann plötzlich wieder einschalten, wenn der Tag des Ruhestands endlich gekommen ist?

Hören Sie sich einige Erkenntnisse von 100-Jährigen an<sup>2,3</sup>. Haben sie gewartet, bis sie das Rentenalter erreicht hatten? Nein, sie haben das Leben genommen, wie es kam, und sind die ganze Zeit auf den Wellen grösserer oder kleinerer Freuden mit geritten. Wenn Sie wirklich unglücklich sind während Sie auf den Ruhestand warten, würden Sie dann nicht ein paar wertvolle Jahre verschwenden?

Einige kleinere oder grössere Veränderungen auf dem Weg dorthin könnten eine viel bessere Option in Ihrem langfristiges Glück sein.

### **Wie Sie das machen.**

Können wir all dies zu einem einzigen Rezept für eine "magische Lebensessenz" zusammenfassen? Kann diese Kombination einen Sinn des Lebens definieren?

Möglicherweise. Die Lösung gibt es schon seit einigen Jahren, aber sie beginnt erst jetzt, ins allgemeine Bewusstsein zu dringen. Sie ähnelt dem, was wir von *Ikigai* lernen.

Auch hier sind es weder mehr Geld, noch grösserer Ruhm, noch immer härteres Arbeiten, die einen zuverlässigen Unterschied im Leben der Menschen bewirken. Stattdessen belegen Studien, dass *bessere soziale Beziehungen* zu einer glücklicheren und längeren Lebensentwicklung führen, insbesondere auch im Alter.

Eine beeindruckende Langzeitstudie ist die *Harvard Study of Adult Development*, die 1938 mit 704 Männern begann<sup>4</sup>. 60 von ihnen waren vor einigen Jahren noch am Leben. Diese Gruppe bestand aus Männern der Harvard-Universität und einer vergleichbaren Gruppe von Männern aus einer sozial benachteiligten Gegend von Boston. Alle Männer (und später auch Frauen) wurden seither praktisch jedes Jahr mit umfangreichen Tests und medizinischen Untersuchungen untersucht. Die Studie wird immer noch fortgesetzt.

Das wichtigste Ergebnis dieser umfangreichen Sammlung ist, dass "gute Beziehungen uns glücklicher und gesünder machen".

Soziale Beziehungen sind wirklich gut für uns, und Einsamkeit ist tödlich. "Menschen, die stärker mit ihrer Familie, ihren Freunden und der Gemeinschaft verbunden sind, sind glücklicher und körperlich gesünder, und sie leben länger als Menschen, die weniger gut verbunden sind", heisst es in der Studie. Einsamkeit hingegen führt dazu, dass Menschen "weniger glücklich sind, ihre Gesundheit in der Mitte des Lebens früher abnimmt, ihre

---

2 <https://www.youtube.com/watch?v=9ATHycGCakk>

3 <https://youtu.be/BXyfCGDnuWs>

4 "What makes a good life Lessons from the longest study on happiness Robert Waldinger" TED Talk

Gehirnfunktion früher nachlässt und sie kürzer leben".

Ausserdem "kommt es nicht auf die Anzahl der Freunde an, die man hat, oder darauf, ob man in einer festen Beziehung lebt oder nicht, *sondern auf die Qualität der engen Beziehungen, die man hat*". Wir müssen eindeutig konfliktreiche Beziehungen vermeiden, sowohl aus psychologischen als auch aus physischen Gründen.

Im Alter von 50 Jahren war der wichtigste Prädiktor für einen glücklichen und gesunden Achtzigjährigen der Grad seiner Zufriedenheit, nicht einer der medizinischen Prädiktoren. Auch die Widerstandsfähigkeit gegenüber chronischen Schmerzen im Alter von 80 Jahren war bei den glücklichen Achtzigern besser als bei der weniger glücklichen Gruppe.

### ***Unser Lebensziel neu überdenken***

Insgesamt und auch über eine abwechslungsreiche Lebensentwicklung hinweg locken uns also innere Freude und Zufriedenheit. Und das ist weder Geld noch Ruhm, sondern eine Reihe von soliden und verlässlichen Beziehungen, die Sie aufbauen und jeden Tag pflegen können. Sie werden sie genau dort einschliessen, wo Sie sind. Es lässt Sie genau jetzt in der von Ihnen gewählten Gruppe mitfahren.

Und was ist der *Klebstoff*, der uns zusammenhält?

Es sind die *Emotionen* in der Familie und in einem grösseren Netzwerk, die uns alle zusammenhalten. Familienbande, Söhne und Töchter, langjährige Freundschaften, die nie zerbrochen sind – all diese vertrauten Beziehungen schaffen ein emotionales Netzwerk.

### ***Einfühlungsvermögen***

Es gibt ein Schlüsselwort, um all dem auf den Grund zu gehen. Es ist die „*Empathie*“<sup>5</sup>. Ohne die Fähigkeit, die Bereitschaft und die Integrität, jeden Tag mit Empathie zu leben, stehen wir auf verlorenem Posten.

Sehen Sie sich die hier genannten Videos an. Das Versagen der Empathie in weiten Teilen der westlichen Gesellschaft hat uns erdrosselt. Im Gegenteil, Empathie für die Menschen um uns herum sollte mit jeder anderen Emotion gepaart sein, die wir empfinden. So entsteht der fruchtbare Boden, auf dem sich gesunde und dauerhafte Beziehungen entwickeln können.

Was ist mit den Streitigkeiten und Meinungsverschiedenheiten, die in der Familie, in der Nachbarschaft oder am Arbeitsplatz auftreten? Werden sie Risse in das emotionale Netz reissen, oder werden sie eingedämmt?

Betrachten Sie es wie ein Gummiband. Ein Kind, das mit einem schlechten Traum aufwacht, kann zu seiner Mutter gehen und wird getröstet. Das Gummiband wird es in einem schlechten Moment auffangen. Ähnlich verhält es sich mit einem Teenager, der nach Mitternacht weggehen will und dem dies verwehrt wird, weil das Gummiband dies nicht zulässt. Ihre Familie beschützt sie. Stösst sich der Teenager jedoch den Zeh, wird die ganze Familie ihm beistehen. Hier ist ein gesundes Gummiband in Aktion.

Aber wenn wir zu intolerant sind, zu arrogant oder unangemessen fordernd, oder wenn wir nicht teilen oder kommunizieren, dann reisst das Gummiband schlussendlich. Dann lassen wir uns gegenseitig los. E-Mails bleiben ohne Antworten. Wir verlieren uns gegenseitig. Am Ende des Lebens bleiben wir allein.

---

5 "Empathy - best speech of all time by Simon Sinek | inspiratory" <https://youtu.be/ijynojucauza>

## ***Dein innerer Friede ist die Quelle der Freude***

Ich habe eine letzte Empfehlung, nur für Sie.

Jeder Moment und jedes Ereignis im Leben bietet uns ein eigenes Panorama von Möglichkeiten: eine positive Perspektive, eine Zwischenperspektive oder eine unglückliche Sicht der Dinge.

Wir haben die Wahl: Was ist eine ehrliche Perspektive, die auch noch möglichst positiv ist?

*Wenn Sie sich immer an die positivste Sichtweise halten*, können Sie sich gelegentlich irren. Aber in der Zwischenzeit werden Sie viele lächelnde Freunde um sich scharen, und das ist es wert, ab und zu falsch zu liegen.

Äusserst empfehlenswert: Streben Sie nach innerer Freude!

[“Habe ich das alles richtig verstanden?“ Melkiades: "Genau richtig."]

## 4.1. Von konkreten Objekten zur Welt der Ideen

In diesem Abschnitt geht es um grosse Veränderungen in unserem Leben.

Maschinen und biologisches Leben brauchen Treibstoff und Nährstoffe. Dazu hängen menschliche Beziehungen an liebevoller Energie, Kommunikation und Verständnis. Der Aufstieg begünstigt also die *Verlagerung von den Bedürfnissen der Objekte zu denen der Menschen*.



Lassen Sie uns dies im Detail betrachten.

Was muss man tun, um eine Familie zu ernähren? Essen besorgen um den Korb zu füllen.

Was müssen Sie tun, um Ihren geliebten Gefährten glücklich zu machen? Vielleicht liebevolle Energie, Kommunikation und Verständnis.

Dies ist eine natürliche Veränderung. Zu Hause hat sich Ihr Denken spontan von den Lebensmitteln im Einkaufswagen auf das umgestellt, was Ihren Liebespartner glücklich

macht.

Jetzt steigern Sie das Ganze noch ein wenig. Anstatt bei der Arbeit als kleines Rad in einer grossen 3D-Maschine zu fungieren, könnte sich Ihre konzeptionelle Rolle so entwickeln, dass Sie an der Planung, dem Entwurf und dem Aufbau einer Maschine oder eines Ereignisses beteiligt sind.

Denken Sie noch weiter. Beginnen Sie mit einer Idee für eine Arbeitsverbesserung. Vielleicht "fliegt" Ihre Idee, und sie findet ihren Weg in eine wichtigere Verantwortung.

Ein anderes Beispiel: Anstatt immer wieder kleine Stücke in einem Orchester zu spielen, könnten Sie hier und da kleine musikalische Anpassungen beisteuern. Langsam könnte sich der Horizont öffnen, um noch grössere Stücke zu komponieren. Anstatt also bis ans Ende Ihrer Tage in einer Band zu spielen, könnten Sie sich an einer Reihe von Improvisationen versuchen. Von einfachen Noten, die man von einem Notenblatt abliest, würde sich Ihre Aufmerksamkeit auf Fragen der Musikkomposition richten.

Die Noten auf einem Notenblatt entwickeln also ihre Bedeutung, und das „Aufsteigen“ ermutigt uns, uns auf neue und kreative Aktivitäten mit gewöhnlichen Gegenständen zu konzentrieren. Obwohl dies wie eine geringfügige Veränderung erscheint, handelt es sich in Wirklichkeit um eine entscheidende innere Entwicklung.

### ***Hat diese Entwicklung bei allen durchgeschlagen?***

Betrachten wir nun das "Unterhaltungsgeschäft". Die Römer füllten Zirkusse, um zu sehen, wie sich Gladiatoren und verschiedene Tiere gegenseitig umbrachten. Es stimmt, dass wir zu weniger blutrünstigen oder mehr "virtuellen" Vergnügungen übergegangen sind. Heute wetteifern Teams darum, ein rundes Ding in einen geschlossenen Raum zu bekommen, und Schauspieler kitzeln uns mit Dingen, die wir gerne tun würden, aber nicht zustande bringen.

Aber das Grundszenario bleibt bestehen.

Bei all diesen Veranstaltungen schauen viele Zuschauer einer kleinen Anzahl von Gladiatoren, Spielern oder Schauspielern bei ihren Aktionen zu. Auch die meisten populären interaktiven Spiele folgen weitgehend demselben Muster. Selbst in modernen Spielen gibt es die "Guten" und die "Bösen", man wählt aus, wer man sein will, und man zieht in die "Schlacht".

### ***Einige neue Ideen***

Führen Sie diese Gedanken immer weiter. Vielleicht beginnen Sie, das Szenario "gute Jungs" gegen "böse Jungs" zu hinterfragen. Brauchen Sie wirklich "gute Jungs" und "böse Jungs" in Ihrem mentalen Gefüge? Oder wachsen Sie jetzt über dieses elementare Konstrukt hinaus?

Wenn wir das Thema auf ein weltweites Szenario ausdehnen, sollten wir uns fragen, warum die Welt in den Fallen nicht endender Kriege gefangen ist. Wer hat sich das je ausgedacht? Mit welchem Ziel?

Das sind einige der Fragen, die im Aufstieg auftauchen. Wir beginnen, viele der anfänglichen Vorbereitungen zu hinterfragen.

Das kann verwirrend sein. Halten Sie Ihren Hut fest. In einer Minute wird sich alles in eine neue Anordnung einfügen.

### ***Zum Schöpfer werden***

Die Internettechnologie hat diesen kreativen Wandel begünstigt. Sie hat bereits gezeigt, wie gross der Druck ist, vom "Zuschauen" zur "kreativen Teilnahme" überzugehen.

Denken Sie an YouTube oder ein anderes Upload-System für Blogs, Fotos oder Videos. Es ist viel einfacher geworden, ein schnelles Video hochzuladen, das man mit seiner Webcam aufgenommen hat, und es gibt jetzt eine grosse Vielfalt an Möglichkeiten für jede Art von Blog oder kreativem Output.

Das Problem *ist nicht mehr, die Autoren zu finden, sondern die Leser!* Tatsächlich gibt es so viele zeitgenössische Autoren mit einem so grossen Output, dass ein angehender Autor eines Buches einen Verleger bezahlen muss, um es zu veröffentlichen.

Ein weiteres anschauliches Beispiel stammt aus "Second Life", einer ungewöhnlichen Online-Spielwelt. "Second Life" ist eine Welt für Kreative. Hier können Sie Ihr eigenes virtuelles Haus in einer grossen Online-Welt bauen und einrichten. Die Freiheit, eigene virtuelle Objekte zu schaffen, ist nahezu unbegrenzt. Die Entscheidung darüber, was Sie in Second Life tun wollen – ein Geschäft aufbauen, Leute treffen, eine zweite Familie gründen, sich verlieben, einfach nur faulenzten oder was auch immer – liegt ganz bei Ihnen. In Second Life sind Sie im Grunde Ihr eigener Chef, und Sie entscheiden, was Sie tun wollen.

Die Ergebnisse sind interessant. In Second Life wird viel mehr "gebaut" als "gelebt". Die meisten Viertel in Second Life sind steinleer, was ein faszinierendes virtuelles Gegenstück zu den leeren 3D-Ferienstädten ist, die wir überall in den Alpen oder an der Mittelmeerküste sehen. Es ist offensichtlich, dass wir Menschen es lieben, zu bauen und zu erschaffen, aber sobald unser Kunstwerk fertig ist, glänzen wir mit unserer Abwesenheit.

Lösung?

Was wir brauchen, ist die **Familie**. In Häuser ohne Familienmitglieder fehlt etwas sehr Wichtiges. Wir sind soziale Wesen, und leere Häuser verfehlen ihren zentralen Zweck. Wir brauchen andere Menschen.

## ***Situationen verändern***

In der Welt der Schöpfung können wir neue Gedanken, neue Dinge und sogar neue Situationen erschaffen.

Darauf könnten Sie antworten: "Ich habe mein ganzes Leben lang neue Gedanken gehabt, das ist einfach. Und im Kunstunterricht habe ich eine Statue gemacht, auch das ist einfach. Aber neue Situationen schaffen? *Wie kann ich eine ganze Situation verändern?*" Das ist in der Tat nicht so einfach, und genau da ist klares, durchdachtes Denken sehr nützlich. Man muss mit anderen zusammenarbeiten.

Viele Veränderungen sind so umfangreich, dass Sie mit anderen zusammenarbeiten müssen. Sie haben die Verantwortung – aber Sie sind auch mit anderen Wesen um Sie herum. So können Sie jetzt Ihre Lösungen gemeinsam mit denjenigen erschaffen, die Ihre Überzeugungen teilen. Wenn ihr euch gegenseitig versteht, könnt ihr gemeinsam etwas erschaffen.

## ***Zusammenarbeit und freudiges Lernen***

Unsere schöpferische Freiheit lässt uns den notwendigen Kontrapunkt zu unserer Fähigkeit zu erschaffen entdecken: die Zusammenarbeit mit unseren Mitmenschen.

Ohne die Zusammenarbeit mit anderen würden sich die meisten von uns als "vergessene Kleinkünstler" abmühen und nie Anerkennung oder inneres Gleichgewicht finden. Die meisten wertvollen Veränderungen haben so weitreichende Folgen, dass ein Einzelner sie nicht allein bewirken kann. Nur die Zusammenarbeit mit anderen bringt einen dauerhaften gesellschaftlichen Wandel und langfristige Freude an der gemeinsamen Arbeit.

Wenn wir neu in der Schöpfung sind, sind wir oft blutige Anfänger, was die Zusammenarbeit angeht. Unser "Überleben" und "besser sein als der andere" wurde viel gepriesen, besonders in der westlichen Tradition. "Komm voran!", "Mach dich ran!", "Der Beste gewinnt alles". All dieses individualistische Streben muss jetzt, da wir aufsteigen, grundlegend überdacht werden. Zusammenarbeit und gemeinsames Gewinnen in einer Welt, in der es nur individuelle Gewinner gibt, ist etwas ganz anderes als gegen alle anderen zu gewinnen und zu sehen, wie andere in der Niederlage versinken.

Warst du glücklicher, als du gegen alle anderen gewonnen hast? Oder waren Sie glücklicher, wenn Sie in einem Team mit allen anderen gewonnen haben? Zehn Wetten gegen einen: In der zweiten Situation waren Sie glücklicher.

Moderne Projekte sind gross und technisch viel anspruchsvoller als die von vor 50 oder 100 Jahren. Infolgedessen müssen heute viel mehr Menschen zu Mitarchitekten, Mitkomponisten, Mitingenieuren und Mitverfassern komplexer Grossprojekte werden, d. h. zu Personen, die in der Lage sind, wie die Schöpfer selbst zu denken, jedoch mit der zusätzlichen Fähigkeit, zu verstehen, wie ein ganzes Projekt in unserer Gesellschaft konkret funktionieren kann.

## ***Zusammen ist unsere wirkliche Zukunft.***

Immer mehr von uns werden nicht nur Teile von Projekten kaufen, sondern auch dazu beitragen wollen, sie gemeinsam mit anderen aufzubauen.

Das ist ein gewaltiger Wandel. Viele, die Spass an Musik haben, werden nicht nur mit den Füßen wippen und tanzen, sondern auch lernen, Musik zu komponieren und dazu beitragen um anderen Freude und musikalische Begeisterung zu vermitteln. Diejenigen, die etwas zu sagen haben, werden nicht nur lesen und Videos ansehen, sondern auch zusammen mit anderen schreiben und Videos drehen, um unser gegenseitiges

Verständnis zu verbessern.

Das geschieht bereits überall.

[Überprüfung (nach von Melkiades gewünschten Korrekturen): "Melkiades, sind Sie mit diesem Text in der vorliegenden Form einverstanden?" "Nachdrücklich zugestimmt." "Kann ich ihn ins Internet stellen?" "Ja."

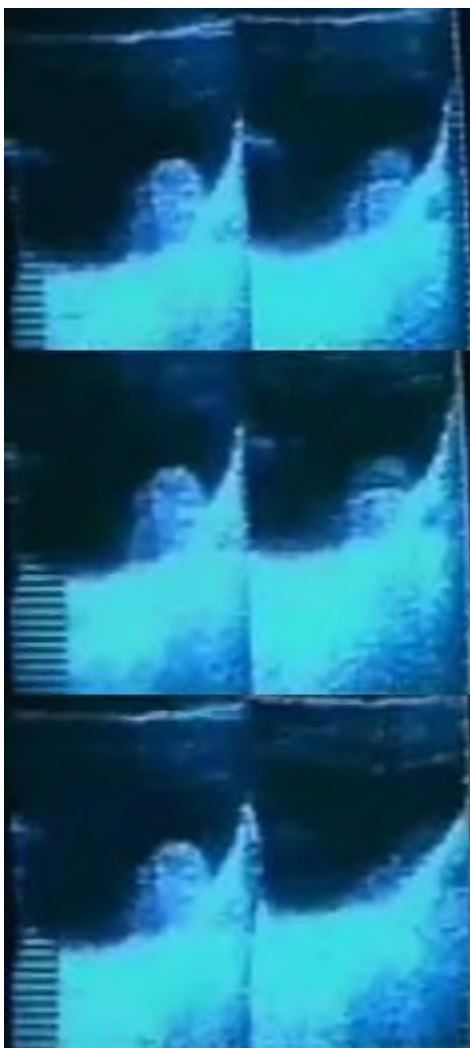
## 4.2. Änderungen vornehmen

Jemand bat mich, eine Nachricht in sein Notizbuch zu schreiben. Ich kannte ihn kaum, aber mir kam das Bild von jemandem in den Sinn, der mit dem Rücken zur Wand steht. Also bat ich Melkiades, mir zu helfen, und meine Finger schrieben: *"Wenn du mit dem Rücken zur Wand stehst, bitte dein Höheres Selbst um Rat. Höre zu. Dann dreh dich um und geh durch die Wand."*

Bevor Sie sich auf mich stürzen: Ja, ja, ja, Sie können durch die Wand gehen, fast immer. In diesem Blog werde ich Ihnen zeigen wie.

### ***Sie gingen durch die Wand***

Fangen wir hier an. Haben Sie Greg Bradens "She-is-healed"-Video<sup>1</sup> gesehen? Sehen Sie es sich an, wenn Sie können.



Es zeigt eine Szene aus einer freiwilligen medizinischen Klinik in Peking<sup>2</sup>, in der eine Frau mit einem grossen Blasentumor auf einem geteilten Ultraschallbildschirm zu sehen ist. Der linke Teil des Bildschirms zeigte den Tumor im Anfangsstadium, der rechte Teil zeigte ihn in seinem aktuellen Zustand.

Um das Bett herum standen drei ausgebildete Mentalpraktiker. Gemeinsam rezitierten sie immer wieder ein chinesisches Wort, das "sie ist bereits geheilt" bedeutet. Und siehe da: Innerhalb von etwa drei Minuten verschwand der Tumor praktisch vor unseren Augen.

Lassen Sie das auf sich wirken. Die Heiler haben nicht gesagt: "Frau, bitte werde geheilt". Sie haben auch keine Gottheit gebeten, den Tumor verschwinden zu lassen. Niemand hat irgendetwas von irgendjemandem verlangt. Nein, sie sagten einfach unisono: "Die Fakten sind anders. Der Tumor ist bereits verschwunden."

Wir gehen davon aus, dass die Patientin diesen Glauben verinnerlicht und auf ihren gesamten Körper übertragen hat. Innerhalb weniger Augenblicke hatte der Tumor der Frau keine andere Wahl, als zu verschwinden. Drei Heiler, die gemeinsam sangen und eine tiefe Überzeugung mit der Patientin teilten, waren bei der Bestimmung der "Realität" mächtiger als der Tumor selbst.

Im Einklang mit den Sängern und der tiefen Überzeugung der Patientin "drehte sich der Körper der Patientin und ging durch die Wand". Auf der anderen Seite der Wand machte das Weiterbestehen des Tumors keinen Sinn mehr. Und wenn der Patient in Zukunft die

<sup>1</sup> Greg Bradens "She is healed" Video: "Gregg Braden - Quantum Healing of Tumour thru the Power of Thought\_ Feeling". <https://www.youtube.com/watch?v=PZpRP1FV0IE>

<sup>2</sup> Jetzt aufgrund von politischem Druck geschlossen.

gleiche Glaubensstruktur beibehält, ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass der Tumor nicht wieder auftaucht<sup>3</sup>.

## ***Ganze Gesellschaften können durch die Wand gehen***

Nehmen wir ein weiteres Beispiel für "durch die Wand gehen".

Vor ein paar Jahren ereignete sich die schreckliche Fukushima-Katastrophe. Die Strahlung hat sich über den Norden Japans und die gesamten Vereinigten Staaten und Kanada ausgebreitet. Vor jeder Gebirgskette mit einer Westflanke sorgten die ostwärts fliessenden Jetstreams für weiteren Strahlungsfallout. In vielen Gebieten stiegen die Strahlungswerte weit über die "normalen" Gefahrenwerte an. Unsere Gesellschaft stand mit dem Rücken zur Wand.

Einige Wochen lang nach dem Unfall fragte sich die ganze Welt: "Was werden sie tun? Was werden sie tun?", und niemand schien in der Lage zu sein, etwas zu tun. Die Reaktion in Japan war zögerlich und schleppend, die internationale Unterstützung war schwach, und spätere Berichte über Sicherheitsmassnahmen an Atomreaktoren in Europa und den USA zeigten lange Listen von Mängeln. Aber niemand war in der Lage, etwas zu tun.



Dann, sehr zur Überraschung aller, verkündete Deutschland eines Morgens, dass es einfach aus der Atomenergieproduktion aussteigen würde. Ich habe keine Ahnung, wie die Entscheidung zustande kam, aber die mächtige deutsche Wind- und Solarindustrie sowie die grünen Koalitionspartner könnten eine wichtige Rolle gespielt haben. Mit dem zunehmenden internen Druck, Strom mit alternativen Methoden zu erzeugen, würde diese neue Regierungsstrategie die Industrie für alternative Brennstoffe unterstützen, was wiederum den deutschen Export begünstigen würde. Und mit den Wählern weitgehend auf ihrer Seite hat die Regierung Merkel dieses unglückliche Ereignis in einen Vorteil verwandelt. Sie durchbrach eine Mauer, die vorher kaum

vorhanden war.

Auf der anderen Seite der Mauer war der Bedarf an Atomstrom deutlich geringer. Auch wenn der anschliessende Übergang nicht so einfach war wie ein Spaziergang im Park, hat diese kollektive Entscheidung die Entwicklung weg von der atomaren Stromerzeugung sehr erleichtert. Die deutsche Gesellschaft – und später auch die Schweiz, die sich auch für den Ausstieg aus der Atomkraft entschieden hat – hat eine scharfe Wende in der wirtschaftlichen Prioritätensetzung vollzogen.

## ***Man kann auch selbst durch die Wand gehen***

Auch Sie können eine wichtige Entscheidung treffen – ganz plötzlich, ganz allein. Hier haben wir es mit einer wichtigen persönlichen Entscheidung zu tun, als diese anonyme Teilnehmerin feststellte, dass sie mit einem Kind schwanger war<sup>4</sup>:

*"Morgen wird es ein Jahr her sein, dass ich erfahren habe, dass ich schwanger bin, und er wird 4 Monate alt sein."*

---

3 Dies ist eine umgekehrte Anwendung des Placebo-Effekts, um Heilung bei Patienten zu bewirken, die dies durch eine tiefgreifende Veränderung ihrer Glaubensstruktur erreichen wollen. Diese Patienten wollen aktiv, dass das Placebo eine heilende Wirkung hat. Weitere Erklärungen werden in Abschnitt 6.1. gegeben.

4 <https://postsecret.com/> abgerufen am 18.10.2020.

*"Seit ich erfahren habe, dass er kommt, habe ich nicht mehr geraucht: Ich habe aufgehört zu rauchen, zu trinken, mich selbst zu verletzen, zu lügen, meine Medikamente nicht zu nehmen, mich mit Junkfood vollzustopfen, tagelang nicht zu schlafen, dann ununterbrochen zu schlafen, vor Konflikten davonzulaufen, zu schreien, um gehört zu werden, aber nicht zuzuhören, Groll zu hegen und jede andere schreckliche Angewohnheit/jeden anderen Bewältigungsmechanismus.*

*"Es ist das erste Mal seit der Pubertät, dass ich mich sicher fühle, Pläne für die Zukunft zu machen, weil ich nicht mehr davon ausgehe, dass ich mich umbringe, bevor ich sie erreiche. Obwohl ich meinen Mann und meine Familie mehr liebe, als sie je verstehen werden, dachte ich immer, es wäre besser für sie (und egoistischerweise für mich selbst), wenn ich weg wäre.*

*"Aber ich kann den Gedanken nicht ertragen, meinen Sohn nicht aufwachsen zu sehen, und dass er ohne eine Mutter aufwachsen muss, die ihn so sehr liebt. Ich kann auch den Gedanken nicht ertragen, dass er eine 'abgefuckte' Mutter hat.*

*"Also werde ich es nicht sein. Ich werde mir das nicht kaputt machen lassen. Egal, was passiert. Und das hat den ganzen Unterschied ausgemacht. Ich dachte nicht, dass ich es tun könnte, bis ich es einfach tun musste. Und jetzt? Jetzt bin ich so glücklich. Gott sei Dank.*

*"Ich will ihm nicht alles aufbürden, deshalb weiss ich nicht, ob ich es ihm jemals sagen werde, aber egal, was sonst in unserem Leben passiert: Er hat mich gerettet. Und das ist das schönste Geheimnis, das ich je geschrieben habe!"*

## **Das Monster, mit dem wir es zu tun haben**

Jeder von uns ist mit irgendeinem Aspekt seines Lebens unzufrieden, einem Aspekt, der nach einer Veränderung verlangt. Mehr noch, unsere Gesellschaften rennen kopfüber in eine Reihe von Umweltkatastrophen, die nach Veränderung schreien. Immer wieder stellen wir als Gesellschaft oder als Einzelpersonen fest, dass wir nicht in einer bestimmten Richtung weitermachen können und dass wir irgendwie eine andere Lösung finden müssen.

Keiner mag Veränderungen. Aber wenn die Dinge einen unerträglichen Zustand erreichen, sollten wir das Monster, mit dem wir es zu tun haben, besser in die Schranken weisen. Wir sollten lernen, wie eine grosse Veränderung so effizient wie möglich neu verhandelt werden kann.

Wenn man eine unerträgliche Situation bis zu ihrem Ursprung zurückverfolgt, ist sie in der Regel auf einige Gewohnheiten zurückzuführen, die auf einer falschen Interpretation der Fakten beruhen. Diese Gewohnheiten bringen uns in eine unerträgliche "Zwickmühle", lange bevor sich die eigentlichen Fakten aufdrängen. Lange bevor ein unerträglicher Zustand faktisch unhaltbar wird, gibt es zahlreiche Anzeichen dafür, dass wir auf eine Mauer zusteuern.

## **Atomenergie?**

In den 1950er, 1960er und 1970er Jahren wurde uns gesagt, dass die Atomkraft die billigste und effektivste Lösung zur Deckung unseres Energiebedarfs sein würde. Fünf Jahrzehnte später wissen wir, dass dies eine eher unvollständige Interpretation der bekannten Fakten war.

Drei wichtige Faktoren wurden nicht berücksichtigt: erstens die erhebliche Schwierigkeit, einen störungsfreien Verbrennungsprozess aufrechtzuerhalten und die Strahlung in grossen Kraftwerken über lange Zeiträume einzudämmen (selbst bei Erdbeben und

Tsunamis). Zweitens die enormen Schwierigkeiten und Kosten der Entsorgung von Strahlungsmaterial, und drittens die erheblichen Kosten für die Entsorgung eines Reaktors, wenn er seine Lebensdauer hinter sich hat.

Berücksichtigt man all diese zusätzlichen Kosten, so entpuppte sich das, was zunächst als billige und wirksame Lösung erschien, als ein teurer Alptraum. Wir haben uns in eine unerträgliche Situation manövriert, weil uns eine fehlerhafte Kalkulation verkauft wurde. Jetzt arbeiten wir mit Gewohnheiten, die unter falschen Annahmen entstanden sind, und wir müssen so gut wie möglich einen Ausweg finden.

Wie lange wissen wir das schon? Anfang der 1980er Jahre hatten wir schon genug Fakten, um die ersten falschen Annahmen zu korrigieren, aber da waren wir schon auf den Bau von vielen weiteren Kraftwerken festgelegt. Gewohnheit und wirtschaftliche Interessen hatten die Oberhand gewonnen, und es schien unmöglich, den Zug zu stoppen.

Was war also die Mauer? Nichts anderes als eine falsche Fortsetzung, lange nachdem man den Fehler erkannt hatte. Mit anderen Worten: In diesem Fall war "die Mauer" nichts anderes als eine Reihe von falschen Überzeugungen.

Im Allgemeinen bedeutet "durch eine Wand gehen" nichts anderes als "eine Reihe von Überzeugungen ändern".

## **Ändern von Glaubenssätzen**

Ich setze "eine Reihe von Überzeugungen ändern" in Anführungszeichen, weil es in der Tat sehr schwierig ist, dies zu tun.

Erstens müssen wir den Irrtum eingestehen, und zweitens müssen wir die Gewohnheiten ändern – und zwar so schnell und so reibungslos wie möglich. Das stösst allen sauer auf, aber wenn die Zeit reif ist und die Logik es verlangt, dann ist es eben so.

*Den Fehler eingestehen.* Die erste Schwierigkeit besteht darin, den Fehler zuzugeben. Viele Menschen, vor allem Politiker, sind der Meinung, dass sie nie Fehler machen – alle Fehler sind die Schuld der anderen. Das ist einfach dumm. Wir alle machen Fehler, und wie wir mit ihnen umgehen, ist ein Gradmesser für unsere Reife.



Nehmen wir einen häufigen Fehler: Sie haben die Ausfahrt auf der Schnellstrasse verpasst. Was tun Sie dann? Sind Sie so wütend, dass Sie auch die nächste Ausfahrt verpassen? Nehmen Sie Ihren Ärger oder Ihre Hartnäckigkeit mit in die nächste Sache, die Sie tun, und bringen Sie den Rest Ihres Tages durcheinander?

Die reife Art, mit diesem häufigen Fehler umzugehen, besteht darin, die Gemüter zu beruhigen, damit Sie schnell die nächstmögliche Route bestimmen können. Manchmal übernimmt das Navigationssystem diese Aufgabe für Sie. Natürlich ist der Verlust von Zeit und Kraftstoff ärgerlich, aber das Wichtigste ist das Gesamtziel. Sie wollen schnell und mit möglichst geringem Aufwand an Ihr Ziel kommen. Es ist ein Zeichen der Reife, die Tatsache zu akzeptieren, dass Sie einen kleinen Fehler gemacht haben, und zu bedenken, dass andere Dinge für Sie viel wichtiger sind als der Umweg.

Sie können sogar noch einen Schritt weiter gehen. Sie können sich fragen, warum Sie den Fehler gemacht haben. War ich einfach etwas unaufmerksam? Gab es einen anderen Anhaltspunkt, der mich verwirrt hat? Das kann nützlich sein, wenn Sie das nächste Mal an denselben Ort kommen, damit Sie nach relevanten Orientierungspunkten für Ihre Ausfahrt suchen können.

Mit anderen Worten: Entspannen Sie sich, regen Sie sich nicht auf und lassen Sie sich von Ihrem Verstand leiten. Aufgewühlte Emotionen oder dickköpfige Beharrlichkeit bringen Sie nicht weiter. Und hören Sie auf, so zu tun, als ob Sie eine göttliche Weisheit in sich tragen. Sie und ich sind einfache Menschen, die durch das Leben stolpern und mit unserer Interpretation der Realität das Beste machen, was wir können. Wir machen Fehler, und wenn wir klug sind, lernen wir aus ihnen.

### ***Irrtümer sind notwendig***

Tatsächlich sind Fehler sogar notwendig, denn sie sind Teil unserer kreativen Fähigkeit. Wie sind Bach, Mozart oder Beethoven zu ihrer unglaublichen Bandbreite an Melodien gekommen? Durch Experimentieren (und oft mit etwas göttlicher Inspiration). Manches davon war besser und manches weniger gut. Nicht alle von Bachs Melodien sind ein Volltreffer, und wir können erkennen, wie die Komponisten experimentiert haben, indem wir einige der Originalpartituren untersuchen und ähnliche Passagen vergleichen.

Zusammenfassend lässt sich also sagen, dass wir eine reife Einstellung zu Fehlern entwickeln sollten. Wir machen Fehler, entweder indem wir bewusst mit Versuch und Irrtum arbeiten, oder aufgrund von Unaufmerksamkeit oder unzureichender Kompetenz. Wenn wir einen Fehler gemacht haben, bleiben wir gelassen und denken über Alternativen nach.

### ***Manche Fehler sind zu schlechten Gewohnheiten geworden.***

Und damit kommen wir zum schwierigen Teil.

Eine schlechte Angewohnheit zu ändern ist viel schwieriger, weil man einen kompletten Satz von Glaubensstrukturen durch einen anderen kompletten Satz ersetzen muss. Darüber hinaus können einige falsche Überzeugungen eine starke kommerzielle Unterstützung haben oder Teil unserer Selbstdefinition sein, so dass es besonders schwierig wird, sie auszumerzen. Häufig wollen wir nicht die gesamte Bandbreite der Veränderungen akzeptieren, die für einen Übergang zu einem neuen Zustand erforderlich sind.

Es ist Ihre Entscheidung. Vielleicht stehen Sie mit dem Rücken zur Wand. Sie können sich umdrehen und hindurchgehen – oder auch nicht. Es ist nur ein Satz von Überzeugungen.

### ***Sind Sie der Chef?***

Es geht um die Frage, wie Sie sich selbst sehen: Sind Sie ein Mensch, der sich gerne von anderen führen lässt? Oder sind Sie der Mensch, der die Dinge gerne selbst in die Hand nimmt?

Ein aufgestiegener Mensch tendiert natürlich zur zweiten Lösung. Sie sehen sich selbst als Chef und treffen gerne ihre eigenen Entscheidungen. Spirituelle Verwirklichungen klären das eigene Spielfeld. Alle Faktoren, die an der Veränderung beteiligt sind, werden kristallklar, und Sie können Ihre persönlichen Entscheidungen treffen oder Ihre Stimme oder Ihr Marktgewicht in die Richtung lenken, die Ihnen am geeignetsten erscheint.

[Überprüfung: "Melkiades, bist Du mit dem Text in seiner jetzigen Form einverstanden?" Antwort: "Ja: Völlig einverstanden." "Kann ich ihn ins Internet stellen? Antwort: Ja."]

## 4.3. Die harte Nuss: Treue und Untreue

Nun, da Melkiades und ich uns gut verstanden hatten, fragte ich ihn nach einem privaten Thema, das mich mein ganzes Leben lang beschäftigt hat: die Frage der Treue.

Diese Frage hat mein Leben zutiefst geprägt. Aus verschiedenen Gründen hatte mein Vater eine Reihe von Liebesaffären mit anderen Frauen als meiner Mutter. Meine Mutter war sich dieser Ereignisse sehr bewusst, und so wuchs ich in einer verbitterten Familie auf. Meinungsverschiedenheiten, Streit und eisiges Schweigen waren bei uns zu Hause an der Tagesordnung, bis ich im Alter von 19 Jahren die Familie verliess. Als ich 31 Jahre alt war, liessen sich meine Eltern schliesslich scheiden – hauptsächlich wegen diesem Thema. Obwohl beide ein denkwürdiges und zum Teil brillantes Leben geführt haben, war auch ihr Leben von dieser Sache zutiefst geprägt.

Ich selbst geriet schon früh in ein ähnliches Muster. In meinen Zwanzigern hatte ich eine Reihe von vorübergehenden, sich oft überschneidenden sexuellen Beziehungen. Das endete, als ich reifer wurde, etwa im Alter von 35 Jahren. Seither habe ich meine körperlichen Beziehungen im Griff: wenige, langfristige und sich nicht überschneidende.

Gleichzeitig hat mich das Thema aber nie ganz losgelassen. Vor mehr als einem Jahrzehnt zerbrach eine Langzeitbeziehung, weil meine Partnerin sich "mehr Freiheit wünschte". Auch habe ich mich hin und wieder zu jemandem ausserhalb meiner langjährigen Partnerschaft hingezogen gefühlt. Ich habe diesen Impulsen nie nachgegeben, aber ich habe lange über dieses Thema nachgedacht. Ist es richtig oder ist es falsch? Und warum?

Ich wollte von meinem höheren Selbst eine klare Antwort auf diese Fragen. Wie gehen Wesenheiten, die mit spirituellen Konzepten vertraut sind, mit diesen Fragen um? Was können sie uns über sexuelle Treue und über Anziehungskraft ausserhalb des festen Paares raten? Die Antworten kamen Stück für Stück zurück, und hier ist, was ich bekam. Die Antwort war überraschend, aber völlig klar. Ich habe eine klare Antwort auf mein beharrliches Nachfragen erhalten.

### ***Zeit für Veränderung***

Meine Antworten erforderten ein grundlegendes Umdenken.

In einem Aufstieg schlagen wir nicht mit dem Kopf gegen eine Wand, um Dogmen zu verteidigen. Wir verstehen, dass es in der menschlichen Existenz grosse Unterschiede gibt. Wir konzentrieren uns auf die wesentlichen Konzepte und akzeptieren intelligente Kompromisse. Meines Erachtens hat es keinen Sinn, unwesentliche kulturelle und religiöse Grundsätze vehement zu verteidigen. Das würde nur Energie verschwenden, während wir uns nun in eine neue Sphäre des Verständnisses bewegen.

Viele Aspekte des Lebens ändern sich in dieser Zeit: wie man seinen Lebensunterhalt verdient, wie man politische Veränderungen bewirkt, was man isst und wie man heilt. So ist es nicht verwunderlich, dass sich auch unser Sexualverhalten ändert. Wie wir uns sexuell verhalten, gibt einen klaren Hinweis auf unseren tiefsten psychologischen Zustand.

Nahezu jeder sagt, dass sein Sexualleben anders ist als das seiner Eltern, die in ihr Privatleben gelebt haben. Die einen wünschen sich mehr sexuelle Freiheit, die anderen weniger, manche suchen mehr "Liebe" und weniger "Sex" in ihren Beziehungen, und die meisten lehnen Dominanz, Gewalt und Ausbeutung entschieden ab. Viele entscheiden sich für eine homosexuelle oder sogar eine asexuelle Lebensweise. Zweifellos hat sich die

Sexualität seit der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg weit entwickelt, als man nicht offen über Sex sprach und einfach so weitermachte, um "die nächste Generation zu zeugen".

Sexualität ist etwas so Persönliches, dass kein Jugendlicher oder Erwachsener diesem Thema ausweichen kann, auch nicht Mönche und Nonnen in sexuell engherzigen Religionen. Sex gehört zutiefst zu unserer menschlichen Natur. Deshalb müssen wir intelligente und tolerante Entscheidungen über Sex treffen. Indem wir Entscheidungen für uns selbst treffen, entwickeln wir ein Konzept für eine zukünftige Gesellschaft.

Was nehmen wir mit und was können wir zurücklassen? Nehmen wir die Pornosammlung mit in die fünfte Dimension? In einer lesbischen Welt leben, und sich durch Befruchtung fortpflanzen? Zurück ins Mittelalter und in die Ära der Keuschheitsgürtel? Oder wollen wir "freien Sex", wie so viele Sportstars und Politiker? Hinter jeder Option verbirgt sich ein psychologisches und soziales Modell. So wie wir uns sexuell sehen, so sehen wir auch unsere Existenz als Mensch.

### ***Melkiades gibt mir zwei Filter***

Was folgt, gilt nur für reife Erwachsene. Für Kinder und Jugendliche liegen sexuelle Fragen auf ganz anderen Ebenen. Vielleicht sollte ich ein anderes Mal die Fragen der Sexualität in jüngerem Alter aufgreifen.

Auch dies ist nur eine Ausgangsdiskussion, die sich auf das Funktionieren in den unteren geistigen Ebenen bezieht. Die Sexualität in den höheren spirituellen Bereichen (Stufen 7-12) beinhaltet etwas andere sexuelle Konfigurationen.

Für die Stufen 5 und 6 gab mir Melkiades erstens einen **Toleranzfilter** und zweitens einen **3D/5D-Filter**. Nachdem ich die beiden Filter angewandt hatte, fügte sich alles zusammen.

### ***Der Toleranzfilter***

Wenden Sie zunächst den Toleranzfilter an.

Positive Emotionen, Geduld, Toleranz und Akzeptanz gegenüber anderen sind die Grundlage für ein gutes und freudiges soziales Umfeld. Akzeptanz und Toleranz sind die erste Lektion auf unserem Weg nach oben. Toleranz bildet die Grundlage für gute soziale Interaktionen.

Ein Filter enthält eine *weisse Liste*, Elemente, die wir akzeptieren, und eine *schwarze Liste*, Elemente, die wir ablehnen. Für die 5D-Existenz musste ich lernen, Homosexualität, Pornografie, sexuelle Enthaltsamkeit und freiwillige einvernehmliche Polyamorie zu akzeptieren und zu tolerieren. Auf meiner schwarzen Liste stehen häusliche Gewalt, allgemeine Gewaltanwendung und Ausbeutung.

Die 5D-Toleranzliste war für mich ehrlich gesagt überraschend. Kann ich als klarer Hetero einfach Homo- oder Poly-Erfahrungen akzeptieren? Ja, antwortete Melkiades. Niemand muss wegen seiner homoerotischen Neigung vom Aufstieg ausgeschlossen werden. Doch die Überlegungen sind noch nicht abgeschlossen. Ein genaueres Verständnis wird sich im zweiten Filter ergeben.

*Kehren wir zur weissen Liste des Toleranzfilters zurück.*

Ich habe keine homosexuellen Neigungen und bin dennoch überrascht, wenn ich zwei Männer sehe, die sich küssen, oder zwei Frauen, die sich mit starken sexuellen Untertönen umarmen. Ich weiss, dass dies in keiner Weise "ich" ist. Ich verstehe jedoch, dass andere das anders empfinden, und solange kein grösserer Schaden entsteht, kann ich lernen, mit diesem alternativen Lebensstil zu leben.

Ich akzeptiere auch, dass andere an pornografischen Videos mitwirken wollen, obwohl ich mir sehr wünsche, dass diese Mitwirkung wirklich freiwillig ist und unter menschenwürdigen Bedingungen erfolgt (was vielen Berichten zufolge häufig nicht der Fall ist). Was mich betrifft, so interessieren mich weder die öffentliche sexuelle Selbstentblössung noch deren Betrachtung im Geringsten. Ich finde auch, dass in den meisten Pornos die wahre Geschichte von Liebe und Verständnis fehlt, die meiner Erfahrung nach den stärksten Anreiz für sexuelle Begegnungen darstellt.

Ich kann auch sexuelle Enthaltbarkeit akzeptieren. Manche Menschen (einigen Studien zufolge etwa 5% der Bevölkerung) sind einfach nicht an Sex interessiert.

Häufig nimmt das Interesse an Sex auch mit dem Alter oder beim Warten auf einen geeigneten Langzeitpartner ab.

Andere haben beim Beitritt zu religiösen Gruppen ein Gelübde der Enthaltbarkeit abgelegt. Ich persönlich bin der Meinung, dass eine langfristige Enthaltbarkeit bei einem sexuell fähigen Menschen Probleme versucht zu umgehen, die uns die Natur auferlegt, und welche wir nicht vermeiden sollen. Jüngste Ereignisse, insbesondere in der römisch-katholischen Kirche, haben gezeigt, dass religiöse Enthaltbarkeit regelmässig in sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen entarten kann. Daher ist meine Toleranz gegenüber sexueller Enthaltbarkeit mit der Frage verbunden, ob ein Anhänger wirklich psychologisch in der Lage ist, einen solch anspruchsvollen Lebensstil zu führen.

Würden Sie den Mount Everest besteigen, wenn Sie keine Bergsteigererfahrung hätten? Wollen Sie wirklich Ihren tiefsten menschlichen Bedürfnissen ausweichen und riskieren, dass es Ihnen "unter den Füßen wegrutscht" und tief zerstörerische Aggressionen im Leben anderer Menschen auslöst? Ich bin sehr zurückhaltend, was langfristige oder dauerhafte sexuelle Enthaltbarkeit angeht, und zwar genau aus diesen Gründen. Letztlich habe ich aber kein Recht, die reflektierte Entscheidung eines erwachsenen Menschen anzufechten, wenn er sich für eine vorübergehende oder langfristige Abstinenz entscheidet.

Schliesslich kann ich akzeptieren, dass andere ihr Sexualleben mit zwei oder mehr Partnern gleichzeitig teilen möchten.

Die *Toleranz* gegenüber diesen vier sexuellen Lebensstilen vermeidet nutzlose Diskussionen und öffnet die Tür zu wichtigeren Aufstiegsfragen. Dieser Filter trennt *kulturelle Normabweichungen* von wirklich *destruktiven sexuellen Interaktionen*, die exzessive Dominanz, häusliche Gewalt, allgemeine Gewaltanwendung und Ausbeutung beinhalten. Hier müssen wir den stärksten sozialen Druck ausüben.

*Auf meiner schwarzen Liste stehen häusliche Gewalt, allgemeine Gewaltanwendung und Ausbeutung.*

Häufiges Schlagen der eigenen Kinder oder des Partners, sexueller Missbrauch, Versklavung oder Sklaverei sind alles Handlungen, die eine vorsätzliche oder verletzende Herrschaft über einen anderen Menschen zeigen. Diese Handlungen zeugen von perverser oder völlig fehlender Liebe oder sogar von Hass.

Nach Ansicht von Melkiades können Personen, die solche Handlungen praktizieren, *nicht am Aufstieg in die fünfte Dimension teilnehmen. Klare Sache, punto final.*

## **Der 3D/5D-Filter**

Im ersten Toleranzfilter haben wir das sexuelle Verhalten anderer und unsere Einstellung dazu betrachtet.

Der zweite 3D/5D-Filter betrifft unsere eigenen Erfahrungen. Dieser ist zentraler für den

Aufstiegsprozess: Wie lebe ich meine eigene, persönliche Sexualität? Dieser zweite Filter schliesst auch die Frage der Treue mit sich ein.

*Wir sehen: Die sexuelle Erfahrung verändert sich, wenn wir von der dritten in die fünfte Dimension wechseln.*

Sex in der 3. Dimension erleben wir in einer ersten Reihe von Aspekten, darunter **rohes sexuelles Verlangen** und verschiedene Ebenen von **Macht**, die bewusst oder unbewusst ausgeübt werden, und/oder ein **Bedürfnis** und/oder **Dominanz** über den Partner.

*In 5D wird Sex viel mehr zu **einer Entdeckung, einem Aufbau und einem Teilen von Liebe**.*

In 3D geht es in erster Linie ums Nehmen, in 5D geht es viel mehr um Entdeckung, Geben und Teilen.

Am negativen Ende der Dinge kann die "3D-nehmende" Liebe in Druck und Dominanz umschlagen. Ein mittelalterlicher Krieger, der zu seiner Prinzessin zurückkehrt und den Keuschheitsgürtel öffnet, übte grausame sexuelle Macht und Dominanz aus. Ähnlich nutzt ein moderner Käufer von Sexdienstleistungen die Macht seines Geldes um körperlichen Sex zu kaufen. Auch ein aufdringlicher Freund, der in erster Linie oder ausschliesslich auf die Befriedigung seiner eigenen Wünsche ausgerichtet ist, ist von Dominanz und Ausbeutung geprägt. Es gibt kein Geben, sondern nur "Nehmen" und "Absahnen".

Andere Beispiele sind Beziehungen, die auf dem bewussten oder unbewussten Wunsch nach einem grösseren wirtschaftlichen oder sozialen Vorteil beruhen. Dies ist leider ganz typisch für die sexuellen Motivationen der 3. Ebene.

### ***Ein emotionales Pingpong***

In der 5. Dimension beginnt die sexuelle Motivation mit dem Herzen, der Aufmerksamkeit und den Gefühlen und mit jener schwer fassbaren Qualität, die wir **Liebe** nennen.

Zwei Menschen entwickeln sich sanft zu einem tiefen Austausch und einer emotionalen Verbindung ihres Wesens. In der 5. Dimension entwickelt sich eine Art emotionales Ping-Pong: Wir sehen, wie eine Emotion auf die andere Person wirkt, und die andere Person sieht dasselbe in uns. Dies führt zu entzückenden Entdeckungen und zu einem Austausch, der uns immer mehr Befriedigung verschafft, da wir uns immer besser verstanden, angeregt und unterstützt fühlen.

In der 5. Dimension können wir diese Emotion in viele Richtungen lenken. Hier kann sich homosexuelle und lesbische Liebe oft auch zu Entdeckungen die ganz anderen Welt des anderen Geschlechts öffnen.

Dies geschieht oft, wenn sich heranwachsende Männer oder Frauen zu heterosexuellen Erfahrungen entwickeln. Wenn alles gut geht, entdecken sie oft eine Reihe von Wünschen und Gewohnheiten, die sich von denen unterscheiden, die sie bisher kannten. Der Übergang kann hart sein. Aber bleiben Sie dabei: Auch das gehört zum Aufstieg. Entdecken Sie den Anderen mit Toleranz, und fragen Sie Ihren Partner behutsam, was Sie selbst erleben, und was Sie sich wünschen. Das bringt Sie in der Beziehung voran.

Einige Teile dieser neuen Welt werden sich Ihnen schneller erschliessen, andere langsamer, und einige werden vielleicht lange Zeit zu unterschiedlich bleiben. Die lange, gemeinsame Fahrt wird auch Ihrem Partner helfen, sich weiterzuentwickeln – und das ist Teil des tiefen Gefühl des Aufstiegs.

## ***Eine ideale Langzeitbeziehung***

Während wir uns von 3D zu 5D entwickeln, behalten wir unsere 3D-Körper, während wir Zugang zu spirituellen Fähigkeiten erhalten. Das erlaubt uns, die sexuelle Freude der 5D zu nutzen, um unseren physischen 3D-Sex in eine neue und höchst kraftvolle kombinierte 3D-5D-Erfahrung zu verwandeln.

Im Reich der fünften Dimension kann die Liebe immer wichtiger werden. In der 5D müssen wir uns nicht mit den physischen Aspekten des Körpers, des Überlebens oder des Wettbewerbs beschäftigen. In der 5D sind all diese Aspekte bereits erledigt. Es gibt keinen Wettbewerb, es sei denn, wir erschaffen ihn dummerweise mit unserer Vorstellungskraft. Es gibt keinen Bedarf an Nahrung und Ressourcen, alles ist da, wenn wir es brauchen. Wir brauchen viel weniger Hilfe, und seelische Unterstützung ist von allen Seiten verfügbar.

Die Motivationen für Beziehungen sind also nicht Bedarf, Hilfe und Notwendigkeit, sondern ein spontanes Zusammentreffen von Verständnis, Teilen und Fürsorge – wenn Sie so wollen, eine Kumulation von Liebe.

## ***Und kann sie von Dauer sein?***

Ja, wenn Sie sie füttern. Teilen Sie alle paar Tage einen neuen Gedanken oder eine neue Erkenntnis mit Ihrem geliebten Menschen.

Das ist es, was der Aufstieg für unser Sexualleben bedeutet. Vielleicht haben wir unsere Langzeitbeziehung aus einfachen 3D-Gründen begonnen: Versuchung, Neugierde oder einfaches sexuelles Verlangen. Dann sind wir vielleicht zu einem Paar oder einer Familie gereift, um Stabilität in einer feindlichen 3D-Welt zu gewährleisten.

Wir haben vielleicht dafür gesorgt, dass uns immer mindestens eine stabile Person zur Verfügung steht, vor allem, um bei der Pflege und Erziehung der Kinder zu helfen, ein angemessenes Einkommen zu sichern und für Fälle von Krankheit und Behinderung vorzusorgen. Die Natur hat uns mit natürlichen Intuitionen ausgestattet, damit wir versuchen, Paare und Familien zu bilden, und wir folgen diesen angeborenen Programmen spontan.

Aber unser tiefstes psychologisches Bedürfnis erstreckt sich auf mehr aus. Wenn wir in einer Partnerschaft vorankommen, ist emotionale Verfügbarkeit der eigentliche Schlüssel zu einer zufriedenstellenden Langzeitbeziehung. Das Wichtigste ist, dass der Partner präsent, hilfsbereit und verständnisvoll ist, wenn das Bedürfnis auftritt. Es ist dieses resonante, "Ping-Pong"-Verständnis des Partners, das das grösste Glück für unsere Beziehungen in unserer sexuellen Entfaltung.

"Fühlt es sich richtig an?"

Wenn die Antwort "Ja" lautet, halten Sie daran fest, nähren Sie es und lassen Sie es nicht einen Moment lang aus den Augen. **Es ist der grossartigste Eintritt in die fünfte Dimension, den wir haben können.**

[Verifizierung. "Melkiades: Habe ich das richtig verstanden?" Antwort: "Ja, du hast es genau richtig verstanden."]

## 4.4. Was verursacht Untreue?

Um uns herum finden grosse Veränderungen statt: wie wir unseren Lebensunterhalt verdienen, wie wir politische Veränderungen bewirken, was wir essen und wie wir heilen können. Selbst in unserem privatesten Verhalten veranlasst uns der Aufstieg, unser Sexualverhalten zu überdenken.

Die Erklärungen, die ich bisher von meinem Höheren Selbst erhalten habe, waren zwar klar, aber gleichzeitig beantworteten sie immer noch nicht meine ursprüngliche Frage nach der Treue.

### ***Wie kommt es angesichts der sehr hohen Kosten zu solch massiver Untreue?***

Räumen wir schnell mit der Illusion auf, dass Untreue "nicht wirklich ein Problem" ist.

Eine Online-Umfrage unter 918 heterosexuellen Männern und Frauen, die sich selbst als solche bezeichnen, ergab, dass 23% der Männer und 19% der Frauen schon einmal eine Beziehung ausserhalb ihrer derzeitigen Langzeitbeziehung hatten. Sie hatten "sexuelle Interaktionen mit jemand anderem als ihrem Partner, die ihre Beziehung gefährden oder verletzen könnten"<sup>1</sup>.

Andere Studien zeigen, dass dieser Prozentsatz höher oder niedriger sein kann, je nachdem, wie die Frage gestellt wird und wie Untreue definiert wird: in Anwesenheit des Langzeitpartners oder nicht, die Zeitspanne, auf die sich der Bericht bezieht, usw. Auch wenn die Häufigkeit aufgrund zahlreicher Variablen variiert, ist Untreue in allen Kulturen der Welt weit verbreitet. Es gibt sie sogar in Gesellschaften, in denen sie mit dem Tod durch Steinigung bestraft wird. Öffentlich gemeldete Fälle von Steinigung sind in den letzten paar Jahren aufgetreten.

Melkiades schlug vor, mit den Unterschieden zwischen 3D- und 5D-Beziehungen zu beginnen. Lassen Sie uns einige wahrscheinliche Ereignisse analysieren, die zu einer Untreue führen.

### ***So geschieht es***

Ein erster Teil der Antwort auf das "Warum" liegt in den Möglichkeiten.

Sportidole, Filmstars und populäre Musikinterpreten zeigen und erzählen uns, dass sich während ihrer Abwesenheit von zu Hause die Gelegenheiten für Untreue ins Unermessliche steigern können. Elvis Presley wurde nach jedem Konzert von höchst willigen Sexualpartnern belagert, ein ziemlich häufiges Muster bei hochkarätigen öffentlichen Aktivitäten.

Je grösser der wahrgenommene Status, desto häufiger sind die Gelegenheiten. Neugier, Neuheit, Statusstreben und Ähnliches treiben solche Begegnungen an. Auch auf starke Momente im Sport oder in der darstellenden Kunst folgen oft wichtige psychologische Tiefpunkte, in denen die Aufmerksamkeit des anderen Geschlechts besonders willkommen ist.

Aber Gelegenheiten und momentane Tiefpunkte können nicht alles erklären. Auch

---

<sup>1</sup> Mark, Kristen P., Janssen, Erick and Milhausen, Robin R. (2011). *Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extra-dyadic sex*. Arch Sex Behav, DOI 10.1007/s 10508-011 -9771 -z. (<https://kinseyinstitute.org/pdf/Infidelity%20in%20hetero%20couples.pdf>)

alltägliche Erfahrungen können zur Untreue führen.

Untreue speist sich aus tieferen Bedürfnissen. In der oben zitierten Online-Studie gaben Betrüger und Nichtbetrüger gleichermassen an, sexuell und emotional sehr unzufrieden zu sein. Sexuelle Unzufriedenheit wurde von weit mehr als der Hälfte der "fremdgehenden" Männer und von etwa der Hälfte der "fremdgehenden" Frauen festgestellt. Auch Nichtbetrüger äusserten sexuelle Unzufriedenheit: fast die Hälfte der Frauen und etwa ein Drittel der Männer.

Das sind beachtliche Zahlen. Das Ergebnis spiegelt sich auch in den Antworten zur emotionalen Unzufriedenheit wider. Weit über 40% der Betrüger beider Geschlechter gaben an, mit ihrer Beziehung unzufrieden zu sein, und weit über 20% der Nichtbetrüger waren mit ihrer Beziehung unzufrieden.

Selbst unter Berücksichtigung kultureller und fragebogenbezogener Aspekte ist das Ausmass der Unzufriedenheit, die zur Untreue führt, nicht zu unterschätzen.<sup>2</sup>

### ***Welche Abhilfemassnahmen gibt es?***

Es gibt zwei Abhilfemassnahmen:

*Nummer 1.* Zu mehr Zufriedenheit innerhalb des Paares übergehen (3D → 5D, siehe vorheriger Blog).

*Nummer 2.* Verwechseln Sie ausserhalb des Paares niemals Gefühle mit körperlichem 3D-Sex. Körperliche Beziehungen sind strikt für das Paar reserviert. Geniessen Sie Beziehungen ausserhalb des Paares nur auf der nicht-physischen Ebene: kein Küssen, keine Fussberührungen, nichts Körperliches.

Bitte, lassen Sie das einsinken: Untreue wenn aufgedeckt wird oft als **verheerender erlebt (und in systematischen Tests bewertet) als jede andere traumatische Erfahrung, wie z.B. der Verlust eines Familienmitglieds.**

Viele, die die Erfahrung der Untreue eines Partners gemacht haben, waren für ihr Leben gezeichnet und/oder brauchten Jahre, um sich von dieser Erfahrung zu erholen. **Es ist kein banales Ereignis, und wir können unfreiwillig psychologische Leichen hinterlassen, wenn wir uns auf Untreue einlassen.**

Körperliche Beziehungen sind für unsere langfristigen Beziehungen, oder möglicherweise für ehrliche Kandidaten für solche langfristigen Beziehungen reserviert. Wenn Sie diesen Grundsatz anwenden und Ihre langfristige körperliche Beziehung wie eine Reihe von Kronjuwelen schützen, wird sich alles zum Guten wenden. Spüren Sie die Freuden des rein spirituellen Pingpong so oft Sie wollen, aber jeder muss Ihre physische Heimatbasis kennen. Das bringt Frieden und Klarheit rund herum.

### ***Bringen Sie die Emotionen nach Hause***

Dann gibt es noch einen weiteren Schritt: Bringen Sie die Emotionen nach Hause. Wenn Sie eine tolle Zeit hatten, von anderen geschätzt und emotional willkommen geheissen wurden, lassen Sie Ihren Partner von dieser Erfahrung profitieren.

Bringen Sie das Wohlwollen in Ihrer Beziehung zu Hause und lassen Sie Gefühle wieder aufleben die im Laufe der Jahre versiegt sind. Lassen Sie Gespräche und gemeinsame Projekte wieder aufleben. Lassen Sie Ihren Partner von einer neuen 5D-Welle profitieren. Wenn 5D-Freude geteilt wird, kann das Paar gestärkt werden und eine mögliche Entfremdungstragödie kann sich in einen Neuanfang innerhalb der Beziehung verwandeln.

---

<sup>2</sup> Castleman, Michael (2009). *Marital infidelity: How common is it?* Psychology Today, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/all-about-sex/200910/marital-infidelity-how-common-is-it>

## ***Werden Sie intelligent und verantwortungsbewusst***

Es zeigt sich, dass Melkiades das Teilen von 5D-Freude – mit Bedacht – bevorzugt, anstatt sich dem freudigen 5D-Teilen zu verschliessen. Das ist das Gegenteil von dem, was manche Psychologen vorschlagen. Während sie vorschlagen, dass wir eiserne Zäune um unsere Gefühle errichten sollten, um unsere langfristigen Beziehungen zu schützen, schlägt Melkiades vor, dass wir intelligent und reif für unser emotionales und sexuelles Verhalten werden sollten. Fürsorge, Freude und Liebe von uns fernzuhalten, als wären sie eine Art Seuche, wäre nicht vereinbar mit unserem evolutionären Weg.

Beim Aufstieg entwickeln wir uns weg von Zäunen und Grenzen hin zu intelligentem und verantwortungsvollem Handeln. Tiere in Gefängnissen neigen dazu, Wege zu finden, um zu entkommen, und wenn das 5D-"Ping-Pong" aus Angst vor "emotionaler Untreue" abgelehnt wird, werden noch hinterhältigere Wege gefunden, um emotionale Befriedigung zu erlangen – d.h. echte, physische Untreue.

Langfristig hat es keinen Sinn, gegen unsere Intuition anzukämpfen, Freude und Verständnis mit anderen zu teilen, und wir müssen anderen nicht den Zugang zu den besten Seiten unseres emotionalen Wesens verwehren. Aber wir müssen auf jeden Fall unsere emotionalen Beweggründe und die Grenzen, die wir ihnen auferlegen wollen, verstehen. Das ist die wichtigste Lektion in Sachen emotionaler Intelligenz und Reife.

Ich habe etwa einen Monat gebraucht, um die Logik und Vernunft dieses Ratschlags meines Höheren Selbst vollständig zu verstehen.

[Überprüfung. "Melkiades, sind Sie mit dem Artikel in seiner jetzigen Fassung einverstanden?" Antwort: "Voll und ganz einverstanden. Kann ich ihn ins Internet stellen?" Antwort: "Ja."].

## 5.1. Interdimensionale Kommunikationsmittel

### 5.1.1. Definitionen

"Interdimensional" bedeutet in diesem Zusammenhang "zwischen dem physischen und dem spirituellen Bereich". "Physisch" bezeichnet die Dimensionen 1 bis 4, und "spirituell" bezieht sich auf die Dimensionen 5-12 sowie die Ebene des Schöpfers.

In den folgenden Abschnitten untersuchen wir verschiedene Möglichkeiten, Informationen aus dem spirituellen Bereich zu erhalten. Die Interaktion mit Ihrem Höheren Selbst ist der Kern unserer spirituellen Existenz. Wir müssen also zunächst wissen, wer das "Höhere Selbst" ist.

Ein "Höheres Selbst" ist eine spirituelle Entität, die in jeden Aspekt Ihres physischen Seins hineinreicht. Es ist eine detaillierte spirituelle Landkarte Ihres physischen Seins. Ausserdem enthält diese Karte Links zu verwandten spirituellen Wesenheiten, die mit Ihnen in Resonanz stehen. Diese Resonanz kann sehr stark sein, besonders wenn es sich um emotionale Sympathien handelt. Sie kann aber auch auf bestimmte Bereiche beschränkt sein.

Die geschlechtliche Präferenz des Höheren Selbst stimmt in der Regel stark mit der des physischen Selbst überein: Männliche Höhere Selbst neigen dazu, Männer zu bewohnen, und weibliche Höhere Selbst neigen dazu, in Frauen zu leben. Viele haben vorgeschlagen, dass es sich bei den geschlechtlichen Überkreuzungen (etwa 5%) um kürzliche Reinkarnationsankünfte handeln könnte, die einen neuen Körper bewohnen. Melkiades weist jedoch darauf hin, dass es sich bei den meisten Cross-Overs um Personen handelt, die sich vor ihrer Geburt freiwillig für das andere Geschlecht entschieden haben, um typische sexuelle Rollen, Erfahrungen und Lebensmuster im anderen Geschlecht zu erlernen. Nach ihrer jetzigen Inkarnation kehren sie oft zu ihren früheren Geschlechterrollen zurück.

Melkiades, mein Höheres Selbst, hat seine Zustimmung zu allen Teilen dieser Beschreibung des "Höheren Selbst" gezeigt.

Wie wir gesehen haben, stehen die aufgestiegenen Dimensionen im Gegensatz zu dem umkämpften Feld der Selbstbestätigung in einem 3D-Leben. Sie bieten eine reiche und fruchtbare Existenz, die in Harmonie mit unserem inneren Wesen gelebt wird. Im Mittelpunkt dieses spirituellen Friedens steht die Zusammenarbeit mit dem eigenen Höheren Selbst, die mit der Zeit immer ausgeprägter wird. Diese Interaktion bringt Wohlbefinden, Freude und Sicherheit, was wiederum unsere Interaktionen mit unseren Lieben nährt. Frieden und Zusammenarbeit mit unserem inneren Selbst sind also die Grundlage für unsere spirituellen Interaktionen mit dem Rest der Welt.

Dies war schon immer das Zentrum meines eigenen Seins, auch wenn ich eine ganze Weile gebraucht habe, um mir dessen bewusst zu werden. Ich werde Ihnen jetzt erzählen, wie ich begonnen habe, mit meinem spirituellen inneren Selbst, mit meinem Höheren Selbst, zu interagieren.

## **5.1.2. Wie ich lernte mit meinem Höheren Selbst zu kommunizieren**

### **Eine Lektion für einen Statistiker**

Melkiades kam nur langsam in mein Leben. Obwohl ich schon als Kind spirituelle Realitäten wahrnahm, begann ich erst mit 35 Jahren, mich für ein bewusstes spirituelles Bewusstsein zu interessieren. Zu diesem Zeitpunkt bemerkte ich, dass eine "höhere Intelligenz" handelte oder das sogar in mein Leben eingriff. Dies geschah durch das folgende Ereignis.

Eines Sommers verliebte ich mich hoffnungslos in eine sensible und charmante junge Frau – die leider schon verheiratet war. In den Jahren zuvor hatte ich gelernt, das I Ging zu werfen, um mein Glück zu befragen; in diesem Sommer muss ich meine drei kanadischen Cent-Münzen für weit über 100 Hexagramme geworfen haben<sup>1</sup>: Würden wir am Ende zusammenleben oder nicht?

Das waren noch Zeiten, als man das I Ging entschied, indem man sechsmal drei Münzen in die Luft warf. Unglaublich, aber Tag für Tag fiel das I Ging immer auf ähnliche negative Kombinationen, oft mit genau demselben Hexagramm, ein anderes Mal mit anderen negativen Hexagrammen. Die Schlussfolgerung war unmissverständlich: Es gab definitiv keine Zukunft für mich mit dieser Frau.

Wenn Sie das I Ging und ein wenig Statistik kennen, verstehen Sie, was für eine erstaunliche Aneinanderreihung von Zufällen dies ist. Das I Ging ist ein eher sanftes und höfliches Glückszeichen, das in der Regel Wege aufzeigt, um die Ereignisse in die bestmögliche Richtung zu lenken. Eine lange Abfolge von eindeutig negativen Hexagrammen ist daher höchst unwahrscheinlich. Wenn man davon ausgeht, dass Drei-Cent-Münzen rein zufällig fallen, war diese Folge von weit mehr als 100 aufeinanderfolgenden negativen Hexagrammen *äusserst seltsam*. Immer wieder sagte es mir, dass dieser Zusammenhang nicht sein kann und dass ich mich genau damit abfinden muss.

Und wie sich herausstellte, hatte das I Ging Recht – gegen meinen Willen. Im Hochsommer zog sie allein an die kanadische Ostküste und ich ertränkte meine Sorgen in einem hedonistischen Besuch an der amerikanischen Westküste. Die vermeintliche Liebesgeschichte, die ein paar Monate zuvor noch so intensiv gewesen war, fand ein jähes Ende – auf Ort und Stelle.

Wer hatte also in jenem Sommer mein I Ging "repariert"? Vielleicht bilde ich mir das jetzt ein, aber ich glaube, ich höre "mein Höheres Selbst" im Hintergrund kichern. Das war das erste Mal, dass Melkiades einen starken Auftritt in meinem Leben machte. Seitdem hat er mir bestätigt, dass er eindeutig seine Hand in dieser Geschichte hatte.

Es lehrte mich auch, ein wenig schmerzhaft, dass es sehr wahrscheinlich "göttliches Wissen", oder manchmal "göttliches Vorauswissen", gibt, auf das wir mit interdimensionalen Werkzeugen wie dem I Ging und anderen zugreifen können.

### **Ein paranormaler Besuch von meinem Vater**

Es vergingen viele arbeitsreiche Jahre, und fasziniert von den Ergebnissen jenes Sommers las ich in den 1980er und 1990er Jahren ausführlich über paranormale Ereignisse. Mit der Zeit geschahen einige erstaunliche Dinge, die mich auf eine direktere Begegnung mit meinem Höheren Selbst vorbereiteten.

---

<sup>1</sup> Melkiades hat mir später gesagt, dass ich das I Ging 157 Mal über den Ausgang dieser Geschichte geworfen habe. Ich gebe zu, dass ich ziemlich hartnäckig war.

Eine Woche bevor mein Vater 1999 an Knochenkrebs starb (er war 76), erzählte ich ihm viel von dem, was ich über das Leben nach dem Tod wusste. Er war dankbar, dass ich ihm diese Informationen gab. Niemand war je in der Lage gewesen, ihm so detailliert darüber zu berichten. Für ihn war es wichtig zu wissen, wohin er gehen würde, denn er wusste, dass er uns bald verlassen musste. Wir vereinbarten, dass er mich besuchen würde, wenn ich mit dem Leben nach dem Tod Recht hätte.

Nach seinem Tod vergingen drei Monate, und nichts geschah. Dann, eines Tages, wachte ich langsam auf und spürte die Anwesenheit meines Vaters links neben mir. Er war Universitätsprofessor gewesen, und zwei seiner wissenschaftlichen Mitarbeiter warteten rechts von mir. Vor mir war eine grosse, beleuchtete Fläche, die auf die aufgehende Sonne hinwies.

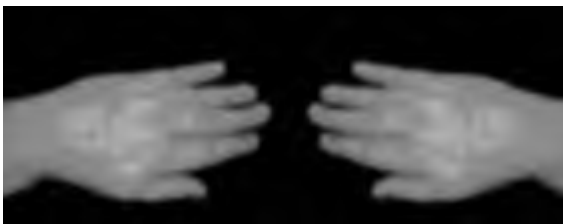
Ich wollte eigentlich nicht aufwachen, wie das manchmal so ist, wenn es vor der normalen Weckzeit ist. Doch plötzlich wurde ich mir bewusst, dass mein Vater sagte: "Wenn du nicht aufwachst, müssen wir gehen". Das gab mir einen Ruck, ich drehte mich um, um ihn in meinem Traum zu sehen, und da war er ganz klar, er sah viel jünger aus, als er war als er starb. Ich erinnere mich an ihn in einem braunen Anzug, den er oft trug, als er etwa 45-50 Jahre alt war. Ich wurde sehr emotional, und wir umarmten uns, gerade als ich aus meinem Traum kam.

Als wir uns in den Armen lagen, spürte ich, wie er sich in meinen Armen körperlich auflöste. Ich spürte, wie die Scherben um meine Arme herum zerbröckelten, und die Teile berührten meine Haut, als sie fielen. Stellen Sie sich vor, Sie umarmen eine sehr dünne Porzellanfigur, die plötzlich in viele kleine Stücke zerfällt, wenn Sie sie zusammendrücken, und Sie haben das Gefühl, das ich hatte, als ich mich in meinem Bett aufsetzte, jetzt völlig wach und voller Emotionen.

## **Die Hände**

Ein paar Jahre nach diesem wichtigen Ereignis erlebte ich einen Sommer im Jahr 2004, in dem ich sehr müde war. In den Jahren und Monaten davor war vieles schief gelaufen, sowohl im Beruf als auch im Privatleben. Ich machte viele Meditationsübungen, um wieder in die Spur zu kommen. Mir blieben nur noch wenige Wochen bis zum Beginn des Semesters. Ich brauchte etwas zusätzliche Hilfe, um wieder in Schwung zu kommen. Damals lernte ich Melkiades direkt kennen.

In diesem Sommer nutzte ich jeden Tag die Hemisync-Aufnahmen des Monroe-Instituts<sup>2</sup>, um 1-2 Stunden zu meditieren. Das war sehr gut. Während ich durch die Meditationen ging, spürte ich, wie ich an Kraft gewann. Meine schwächelnden Energien wurden wiederhergestellt. Während der Meditationen hatte ich das starke Gefühl einer helfenden Hand von einigen Beratern. Also fragte ich: "Ok, wenn du da bist, mein Berater, kannst du dich mir zeigen?" Lange Zeit gab es keine Antwort.



Aber ich fragte weiter. Ich wollte diese unsichtbare Präsenz treffen. Manche Menschen sehen Engel, andere sehen einen Verwandten, wieder andere sehen einen Gefährten, warum konnte ich meinem Berater<sup>3</sup> nicht begegnen? Und wie so oft bei andersdimensionalen Ereignissen kommen die Antworten, wenn man

sie nicht erwartet.

<sup>2</sup> [www.monroeinstitute.org/resources/hemi-sync/](http://www.monroeinstitute.org/resources/hemi-sync/)

<sup>3</sup> Damals hatte ich noch keine klare Vorstellung davon, wer mich führte. Für mich war ein Berater jede höhere und unsichtbare Wesenheit, und mein Höheres Selbst war mein persönlicher Berater, also sprach ich damals einfach von einem "Berater".

Eines Tages, mitten in einer Meditation, in der ich um gar nichts gebeten hatte, sah ich plötzlich zwei Männerhände in mein Gesichtsfeld treten, direkt vor meinem Meditationsauge. "Zwei Hände? Was ist das?" fragte ich. "Du wolltest mich sehen", kam die Antwort telepathisch. Ich lachte und unterbrach meine Meditation. "Ja, ja, ich bekomme also nicht dein Gesicht zu sehen, sondern nur deine Hände!" An diesem Punkt wusste ich mit Gewissheit, dass ich einen persönlichen Berater hatte, mein eigener Höheres Selbst<sup>4</sup>.

Die intensiven Meditationen, die ich in jenem Sommer machte, waren eine grosse Hilfe. Im darauf folgenden Studienjahr gewann ich nicht nur die meisten meiner Energien zurück, sondern schrieb auch mein gesamtes Studienmaterial neu. Die Meditation ermöglichte es mir, meine Kräfte zu sammeln, über die schweren persönlichen Schwierigkeiten hinwegzusehen, die ich gerade durchmachte, und sie bereitete mich auf den nächsten grossen Abschnitt meines Lebens vor.

### ***Weitere interdimensionale Kommunikationsmittel***

Mein Höheres Selbst hat sich danach eine ganze Weile nicht mehr gezeigt. Zwei Hände waren für mehrere Jahre alles, aber die Erfahrung regte mich dazu an, zu prüfen, wie ich direkter mit ihm arbeiten könnte. Wenn er mir geholfen hatte, eine schwierige Lebensphase zu überstehen, konnte er mir dann nicht auch bei anderen wichtigen Fragen helfen?

Ich stand kurz vor der Pensionierung und brauchte eine Orientierung, wohin ich in meinem nächsten Lebensabschnitt gehen sollte. Lange Zeit stellte ich mir immer wieder die gleiche Frage: "Wie kann ich direkter mit dir kommunizieren?" Ich wünschte, ich hätte einen Freund an meiner Seite, mit dem ich über alles reden könnte.

Im Laufe der Zeit lernte ich, dass mein Höheres Selbst immer da war, aber dass es von mir erwartete, dass ich mich bemühte, die richtigen Kommunikationsmittel zu finden, um meine Fragen zu stellen. Die Kommunikation mit ihm war nicht einfach wie eine E-Mail. Ich bekam keine "Nachrichten vom Chef", die mir sagten, dass ich dies oder jenes tun sollte, oder "freundliche Vorschläge von einem Freund", dass eine bestimmte Vorgehensweise viel besser sei als eine andere. Ich musste zuerst die Werkzeuge finden, darauf musste ich experimentieren, um die Codes für die Kommunikation festzulegen, und schliesslich musste ich die wichtigsten Fragen finden. Das war echte Arbeit auf der ganzen Linie!

Wenn der Weg zu den richtigen Kommunikationsinstrumenten langwierig war, dann war das vielleicht Absicht. Durch diesen langwierigen Ansatz wurde ich Schritt für Schritt mit einer ganzen Reihe von Kommunikationsinstrumenten vertraut gemacht. Ich kann Ihnen nun systematisch jedes dieser Instrumente vorstellen.

#### ***5.1.3. Vom I Ging zu vielen anderen***

Vor 2005 hatte ich im Grunde nur ein einziges Werkzeug, das I Ging. Dann fand ich heraus, dass ich meine Kommunikation mit dem Pendel, Muskeltests, interaktiven Meditationen, luziden Träumen, Channeling und Telepathie erweitern konnte. Ich werde diese Hilfsmittel hier kurz charakterisieren und in den folgenden Blogs ausführlicher beschreiben.

#### ***Das Pendel (Abschnitt 5.2.) und das I Ging (Abschnitt 5.4.)***

Kurz gesagt, kann ich jetzt zwischen "ja", "nein", "vielleicht" und "keine Meinung" unterscheiden, ebenso wie zwischen betonten "ja"- oder "nein"-Antworten. Ausserdem kann ich erkennen, ob ein zukünftiges Ereignis unmittelbar bevorsteht oder ob es

---

<sup>4</sup> Erst ein paar Jahre später, im Jahr 2007, erfuhr ich, dass mein Höheres Selbst "Melkiades" hiess.

wahrscheinlich noch weiter in der Zukunft liegt.

Bei allen wichtigen Fragen erhalte ich Informationen aus dem I Ging als auch aus dem Pendel und von der 12. Ebene. Wenn ich manuell würfeln, stelle ich die gleiche Frage höchstens dreimal. Ich vergleiche jede Antwort mit den beiden Instrumenten. Wenn ich eine stark abweichende Antwort erhalte, weiss ich, dass ich die falsche Frage gestellt habe. Im Grossen und Ganzen erhalte ich nun übereinstimmende und sich ergänzende Antworten.

Wenn ich mit einem Computerprogramm I Ging frage, stelle ich immer wieder dieselbe Frage, und jedes Mal frage ich das Pendel, ob die Antwort richtig war. Auf diese Weise eingesetzt, ist das Pendel sehr entscheidungsfreudig und weist sehr zuverlässig auf eine passende I Ging-Antwort hin.

### ***Nutzlose Fragen***

Die Informationen wurden auch zuverlässiger, als ich lernte, auf welche Fragen das Pendel nicht antworten will.

Es antwortet nicht auf Fragen, auf die ich die Antwort bereits kenne oder wo ich die Antwort leicht bekommen kann. "Das ist nicht das Spiel, das ich spielen will", scheint die Antwort auf diese Art von Fragen zu sein. Es stellt sich jedoch heraus, dass die Antworten zuverlässiger und hilfreicher sind, wenn meine Fragen Informationen erfordern, die ich nicht selbst beschaffen kann, oder wenn meine nachfolgenden Handlungen mir oder meiner Umgebung eine Lektion erteilen würden.

Fragen zum Thema Geld sind ein interessantes Beispiel. Während ich bei grösseren finanziellen Entscheidungen und Ausrichtungen oft eine wirklich ausgezeichnete Hilfe bekommen habe, sind kleinere Geldbeträge für das I Ging oder das Pendel eindeutig zweitrangig. Oft habe ich ein bisschen Geld verloren, dafür aber eine nützliche Lektion erhalten. Manchmal habe ich auch etwas Geld verloren, um jemand anderem eine Lektion zu erteilen. Das war sicherlich rundum ärgerlich, aber ich muss es als eine "Investition in die Weisheit" betrachten, sowohl in meine eigene als auch in die der Welt um mich herum.

### ***Der Muskeltest (Abschnitt 5.3.) verifiziert die Ergebnisse des I Ging / Pendels weiter.***

Die meisten Menschen kennen den Muskeltest als "Armtest".

Es stellt sich heraus, dass es viel einfacher ist, den Arm seitlich auszustrecken, wenn man etwas Wahres denkt, als wenn man etwas Falsches denkt. Halten Sie Ihren Arm seitlich ausgestreckt, denken Sie an etwas Wahres, bitten Sie einen Freund, auf den Arm zu drücken, und sehen Sie, wie Sie diesem Druck widerstehen können. Machen Sie dann den Test, während Sie an etwas Falsches denken, z.B. so tun, als ob Sie eine typische Person des anderen Geschlechts wären, und beobachten Sie, wie Ihr Arm gegen Ihren Willen zusammenfällt.

Sie können solche Tests auch mit den Füßen durchführen. Bei den meisten Menschen ziehen sich bei einer richtigen Antwort beide Seiten des Körpers auf die gleiche Weise zusammen, bei einer falschen Antwort nur eine Seite. Bei manchen Menschen ist es genau umgekehrt. Das Ergebnis lässt sich an der Länge der Beine ablesen.

Der Unterschied ist beträchtlich, in der Grössenordnung von 1 cm oder mehr. Meine Partnerin Elena setzt diese Technik bei ihrer Arbeit in der Komplementärmedizin ausgiebig ein, und die Zuverlässigkeit ist hervorragend. Das Schöne am Muskeltest ist, dass die Reaktionen völlig unbewusst sind. Sofern Sie Ihren Körper nicht völlig abnormal

anspannen – was leicht zu erkennen ist – sind die Reaktionen unbewusst und spiegeln die Reaktion Ihres inneren Selbst wider.

### ***Luzide Träume (Abschnitt 5.5).***

Fast jeder träumt, viele erinnern sich an Teile ihrer Träume, und wenn Sie aufmerksam sind, sind einige Ihrer Träume direkte Botschaften des Höheren Selbst. Diese Träume nenne ich luzide Träume.

Um das luzide Träumen zu fördern, musste ich einfach ernst nehmen, was ich schon viele Male gelesen hatte: Man sollte seine Träume aufschreiben. Als ich damit anfang, übernahm Melkiades das Kommando und führte mich durch einige erstaunliche Erfahrungen. Wenn ich aufwache, weiss ich durch den klaren Inhalt und das neue Lernen, welche meiner Träume luzide sind. Dann weiss ich, ob ich sie aufschreiben sollte.

In meinen luziden Träumen lässt Melkiades mich normalerweise einige Erfahrungen durchleben, oder er weist mich auf einige Merkmale dessen hin, was ich gerade sehe. Er ist normalerweise direkt hinter mir, etwa einen Meter entfernt. In der Aufstiegserfahrung (Abschnitt 1.1.) spürte ich ihn sehr nahe an einer Seite von mir, wie jemand, der dir etwas Privates sagen will, wenn du in einer Gruppe von Menschen bist. Auf jeden Fall hält er genug Abstand, um mich nicht zu erschrecken.

Für interaktive Meditationen finden Sie eine ausführliche Einführung in Abschnitt 5.6.

Dies ist eine sehr kraftvolle Methode, bei der Sie Ihr Höheres Selbst direkt "hören" können. Allerdings muss man dafür einen Praktiker finden, oft eine Reise auf sich nehmen und einen oder mehrere Tage frei haben, um eine Sitzung abzuhalten. Es ist eine wirklich grossartige Erfahrung, sehr intensiv, aber manchmal auch ziemlich teuer, je nachdem, wo Sie wohnen.

### ***Schliesslich gibt es noch das Channeling (Abschnitt 5.7) und die Telepathie (Abschnitt 5.8.).***

Im Allgemeinen verwende ich selbst kein Channeling. Mein Höheres Selbst hat mich ermutigt, öfter mit Channeling zu kommunizieren, und mit der Zeit werde ich das vielleicht auch tun. Channelling erfordert ein aussergewöhnliches Mass an "kontrolliertem Loslassen". Die Male, in denen ich es ausprobiert habe, hat es gut funktioniert, wie meine anderen Kommunikationsmittel zeigen. Wenn ich mit der Zeit lerne, zu channeln und Telepathie häufiger zu benutzen, werde ich dies immer mit grösster Sorgfalt tun, um die Botschaften korrekt und angemessen zu erfassen und zu übermitteln.

#### ***5.1.4. Mit Vorsicht vorgehen***

#### ***Wie zuverlässig sind diese verschiedenen Instrumente?***

Die Zuverlässigkeit solcher Ergebnisse ist für jeden unterschiedlich. Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass die Zuverlässigkeit am besten für Menschen ist, die fest daran glauben, dass diese Art der Informationsbeschaffung "wirklich funktioniert". Elena und ich haben mit Muskeltests an den Füssen überprüft, wie zuverlässig meine Pendelbefragungen sind. Das Ergebnis war etwa 90%. Interessanterweise antwortet mein Pendel in gleicher Weise. Es sagt, dass die Zuverlässigkeit meiner Fusstests und des I Ging ebenfalls bei etwa 90% liegt.

Bei wirklich wichtigen Fragen wiederholen wir die Frage an verschiedenen Tagen, sogar drei- oder viermal, wenn das Thema wirklich wichtig ist. Wir hatten einige Abweichungen

bei verschiedenen Befragungen, aber auch hier war die Wiederholungszuverlässigkeit für uns im Allgemeinen wirklich ausgezeichnet.

Natürlich müssen wir mit Vorsicht vorgehen. Viele der Erfahrungen, die ich beschreibe, sowie meine vielen interaktiven Induktionen mit Klienten haben mich zu der Überzeugung gebracht, dass das Höhere Selbst uns in allen möglichen Lebens- und Gesundheitssituationen eine grosse Hilfe sein kann. Ich arbeite täglich mit Melkiades und der 12. Stufe, aber immer mit sehr viel Umsicht. Oft überprüfe ich Melkiades' Antworten mit verschiedenen Methoden, sowohl um zu überprüfen, ob ich die Antwort richtig verstanden habe, als auch um zu versuchen, alle Dimensionen seiner Antworten vollständig zu verstehen.

Auch Experimente mit Telepathie deuten darauf hin, dass eine Suggestion durchaus die unterbewusste Ebene eines Menschen erreichen kann, ohne dass sie zu einer vollständig bewusst wahrgenommenen Erfahrung wird. In Fällen starker gegenseitiger Affinität sind jedoch hörbare Botschaften möglich, und zwar über jede Entfernung hinweg, wie ich persönlich bestätigen kann.

Wenn man einen fortgeschrittenen Zustand der Interaktion erreicht hat und der Empfang zuverlässig geworden ist, kann die "andere Seite" der Gegenkontrolle überdrüssig werden. Das ist sowohl mir als auch einem guten Freund, der ein Seher ist, passiert. Ich hatte zum Beispiel eine detaillierte Analyse des Augenleidens meiner Mutter gemacht und wollte die Liste ein zweites Mal durchgehen. Das Pendel weigerte sich und ich bekam nur das Zeichen "keine Antwort". Dann fragte ich Melkiades, was los sei, und erhielt die Antwort, dass er die Liste nicht noch einmal durchgehen wolle und dass sie in Ordnung sei, so wie sie sei.

### ***Schütze dich***

Spirituelle Arbeit ist nicht einfach. Gremlins und vielleicht noch mächtigere Geister können sich deiner Arbeit widersetzen. Je besser Sie werden, desto gewaltiger ist "die Opposition". Erwarten Sie keinen reibungslosen Ablauf. Wenn sich die Opposition in Form von seltsamen und widersprüchlichen Ergebnissen manifestiert, ist die einzige Antwort eine entschlossene Haltung.

Wenn seltsame Dinge passieren, schaue ich direkt vor mich, als ob ich die Koblode physisch sehen würde, und sage ihnen mit entschlossener und sachlicher Stimme, dass sie sofort verschwinden sollen. Und das tun sie auch: Die Ergebnisse werden wieder verlässlich, und die spirituelle Arbeit kann weitergehen wie bisher.

### ***Keine Hilfe durch Drogen***

Ich empfehle nicht, mit Drogen zu arbeiten. Ich persönlich komme ganz ohne psychoaktive Mittel aus, wenn ich den Kontakt mit der "anderen Seite" suche.

Es mag wahr sein, dass ein "Ungläubiger" nach der Einnahme einer psychoaktiven Substanz viel schneller zu glauben beginnt, dass die andere Seite "wirklich da" ist. Aber eine drogeninduzierte Erfahrung wird wahrscheinlich nur einen kleinen, möglicherweise schlecht ausgewählten Teil der jenseitigen Welt beleuchten, häufig ohne die Hilfe eines Beraters. Das könnte diesen Aspekt Ihrer Psyche über alle Massen aufblähen. Oder es könnte zu einer beängstigenden und völlig abweisenden Erfahrung werden, und es wäre ein grosser Schock für den ganzen Körper. Ausserdem könnte das Beharren auf diesem Aspekt uns schnell vom Rest der Welt isolieren, von denen, die noch nie eine ähnliche Erfahrung gemacht haben.

Ich glaube an die Arbeit mit meinem Körper, mit meinem Höheren Selbst und mit meiner

Umwelt. Wie ein guter Sportler möchte ich ganz eins sein mit meinem Körper, und das schliesst mein bewusstes Denken, meine Gefühle, mein spirituelles Selbst und meine Kommunikation mit dem Rest der Welt ein. Ausserdem bin ich Teil eines grösseren spirituellen Teams, zusammen mit Menschen, die vielleicht ähnliche Erfahrungen gemacht haben, oder auch nicht. Als integrierter Teilnehmer an einer offenen und freudigen geistigen Welt kann ich dann den Dialog mit meinem Höheren Selbst sowie mit anderen Beratern und Beratern "auf der anderen Seite" eröffnen.

Ich habe akzeptiert, dass die Wesenheiten auf der anderen Seite meist unsichtbar sind. Wenn man vor einer Tür steht und wissen will, ob jemand dort wohnt, kann man klopfen oder klingeln. Die Geräusche auf der anderen Seite sagen einem dann, ob jemand da ist. Wenn diese Person die Tür nicht öffnet, geht man normalerweise davon aus, dass es einen guten Grund gibt. Dann kann man das Gespräch durch die Tür beginnen. So betrachte ich auch meinen Dialog mit meinem Höheren Selbst. Wir befinden uns auf den beiden Seiten einer Tür, die viele Menschen als "Schleier" bezeichnen, und wir haben begonnen, uns durch diesen Schleier langsam kennenzulernen.

### ***Nochmals: Ich bin der Chef, und ich bin verantwortlich***

Ein letztes, aber wichtiges Wort: Meine Interaktionen mit meinem Höheren Selbst sollten niemals in eine Abhängigkeit vom Inneren Selbst ausarten. Mein Höheres Selbst ist kein Vater-Ersatz. Es ist unsere Verantwortung im Leben, zu lernen, unser eigener Chef zu sein und uns unseren Herausforderungen zu stellen. Ich bin der Chef in dieser, meiner Inkarnation, und niemand sonst ist es. Wenn ich Melkiades konsultiere, konsultiere ich einen sehr lieben Freund. Ich denke viel über seine Ratschläge nach, aber ich treffe immer meine eigenen Entscheidungen.

Auch ich kann mich völlig irren. Obwohl ich immer sehr vorsichtig bin, was die Ratschläge angeht, die ich bekomme, bin ich gelegentlich schwer getäuscht worden. Es ist sehr schwer, mit einer solchen Tatsache aufzuwachen.

Ich denke, so sollte es auch sein. Melkiades hilft mir, viel besser informiert und wesentlich weiser zu werden, und ich bin dankbar für all diese Hilfe. Wir befinden uns am Anfang unseres aufgestiegenen Lebens in einem umfassenden Lernprozess, und wir wissen jede Hilfe zu schätzen, die wir bekommen können. Gleichzeitig nehmen wir alle Risiken, die dieses reiche Leben bietet, in Kauf – und profitieren davon.

[Überprüfung mit Melkiades: "Sind Sie mit dem, was ich in diesem Blog geschrieben habe, völlig einverstanden?" "Einverstanden". "Darf ich das auf die Website stellen?" "Ich stimme voll und ganz zu. Einverstanden."]

## 5.2. Das Pendel

Frühe Funkamateure tauschten ein paar Worte mit weit entfernten Kollegen durch Morsezeichen aus. In ähnlicher Weise können wir heute mit einer riesigen Welt, die in der geistigen Welt lebt, in feinfühligere Kommunikation treten. Wenn wir systematische Antworten durch ein Pendel hören, können wir wissen, dass jemand da ist, intelligent und lebendig.

So verwende ich das Pendel:

- Ich benutze die *Ja-Nein-Werkzeuge* (Pendel und Muskeltest), um direkte Antworten auf meine täglichen Fragen zu erhalten und um die Antworten zu überprüfen.
- Ich benutze die *symbolischen Werkzeuge* (I Ging und luzide Träume), um den grösseren Zusammenhang zu verstehen und völlig neue Gebiete zu erkunden.

Viele Autoren im Internet sagen, dass man für ein Pendel so ziemlich jedes schwere Gewicht verwenden kann, das an einer Schnur oder einem Faden befestigt ist. Vielleicht stimmt das für sie, aber für mich war es nicht so.

Ich begann mit einem an einer Schnur befestigten Stein und stellte eine Reihe von Fragen. Die Antworten waren nicht sehr klar. Dann habe ich es mit einem kleinen Kristall versucht, der an einer kurzen Silberkette befestigt war. Aber auch hier bekam ich keine zuverlässigen Antworten. Schliesslich investierte ich ein paar Euro und bestellte ein Messingpendel, das an einer 20 cm langen Kette befestigt war. Ach, endlich bekam ich zuverlässige Antworten! (Abb. 1).

Das Messingpendel ist ein ganzes Stück schwerer als die Stein- und Kristallpendel. Es hat auch eine längere Kette.



Abb. 1. Ein 25-g-Pendel mit einer 20-cm-Kette.



Abb. 2. Verschiedene Pendel antworten mit unterschiedlichen Zuverlässigkeiten. Bei mir antwortete das 35 g-Pendel (links) auf alle Fragen mit "ja", auch auf die Frage "Heisse ich Juliette?" (natürlich nicht).

Das 25-g-Pendel (rechts) antwortete auf die Frage "Ist mein Name Melkiades?" mit "nein", auf "Ist mein Name Melki?" mit "ja" und auf "Ist mein Name Juliette?" mit "nein". Das 25 g-Pendel gibt mir also korrekte Antworten, die zu den Fragen passen. Es ist sehr wichtig, ein lebendiges und zuverlässiges Verhältnis zum Gewicht des Pendels und zur Länge seiner Kette zu haben.

Es gibt noch schwerere Pendel, daher vermute ich, dass ein Pendel zu Ihrer Hand und Ihrer Art der Bewegungen passen muss. Geben Sie auf jeden Fall nicht auf und experimentieren Sie, wenn Sie anfangs keine zuverlässigen Antworten erhalten. Um die Zuverlässigkeit zu überprüfen, können Sie das Pendel mit verschiedenen Namen testen, siehe Abb. 2.

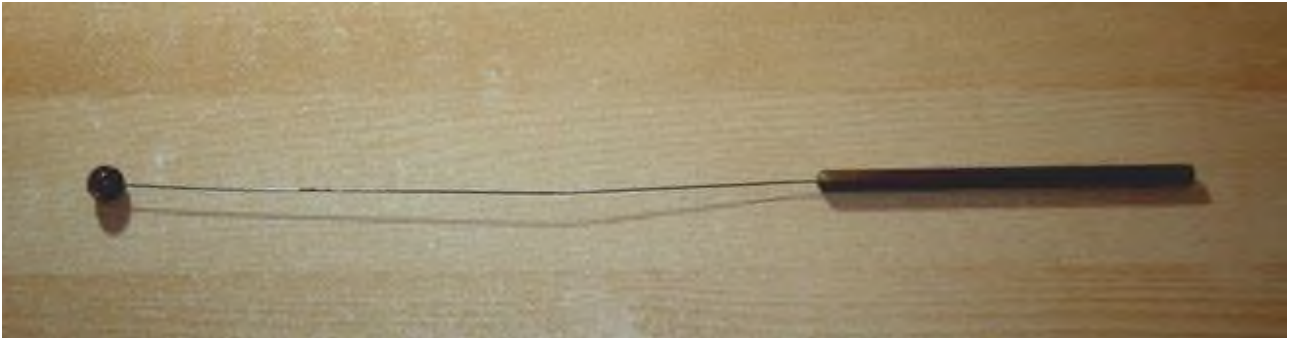
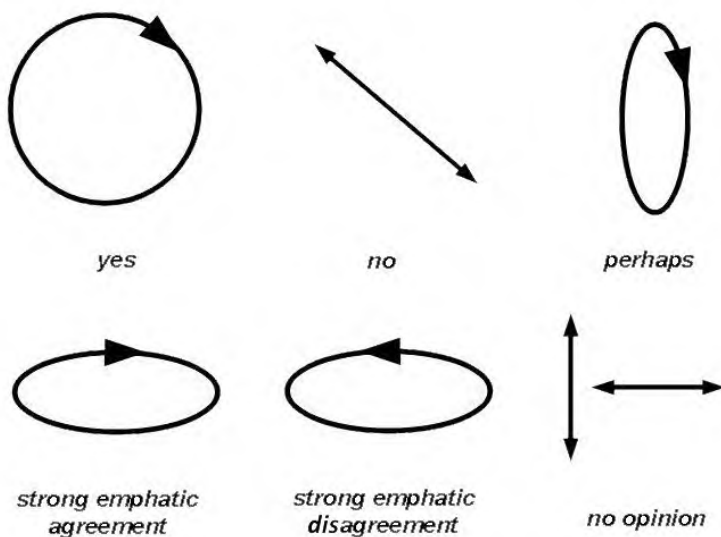


Abb. 3. Wünschelrute

Für einige andere Menschen dient eine Wünschelrute als besonders empfindliches Pendel. Mir persönlich kann die oben abgebildete Wünschelrute (Abb. 3) keine Dienste leisten – sie antwortet mir sogar mit einem "Nein", wenn ich sie fragte, ob sie mit mir arbeiten will! Ich hatte jedoch einen guten Freund mit starker geistigen Begabung, der es vorzog, mit der Wünschelrute zu arbeiten. Er entwarf sogar eine, die er wie einen Stift bei sich tragen konnte und einen ausziehbaren Draht hatte. Er benutzte sie etwa 20 Jahre lang, um besonders gesunde Lebensmittel auszuwählen.

### Der Code



Der nächste Teil ist der Code für die Kommunikation mit der anderen Seite.

Ich habe ein paar Wochen lang experimentiert und festgestellt, dass mein Höheres Selbst diesen Code verwenden wollte, den ich hier zeige (Abb. 4). Dann ging ich ins Internet und überprüfte die Codes, die bei einigen anderen funktionieren. Ich fand heraus, dass ihre Ergebnisse oft ganz anders waren als meine.

Abb. 4. Pendelsignale, die bei mir persönlich funktionieren

Daher empfehle ich Ihnen, selbst zu experimentieren, um herauszufinden, wie Ihr Pendel "Ja" und "Nein" signalisiert. "Vielleicht" sollte logischerweise zwischen den beiden liegen. Dann sehen Sie, ob Sie ein eindeutiges Zeichen für "Ich weiss nicht" erhalten. Gehen Sie nicht davon aus, dass Ihr Code dem meinen ähnlich sein sollte.

Es kann auch einige spezielle Codes geben. Das Signal in der Mitte unten habe ich ein paar Mal bekommen, und lange Zeit wusste ich nicht, was es bedeutet, weil ich es so selten bekam. Schliesslich erkannte ich, dass dies das Signal war, mit dem Melkiades mir

zeigen wollte, dass er mit mir ausdrücklich nicht einverstanden war.

Im Laufe der Jahre haben sich Bewegungen im Uhrzeigersinn für mich als positive Signale herausgestellt, und Bewegungen gegen den Uhrzeigersinn waren negative Signale.

Eine weitere langfristige Lektion, die ich aus dieser Erfahrung gelernt habe, ist, dass sich der Kommunikationscode mit der anderen Seite möglicherweise erst nach Jahren der Anwendung wirklich stabilisiert. Versuchen Sie es, überprüfen Sie es und geben Sie nicht auf. Die Kommunikation wird mit der Zeit einfacher und zuverlässiger.

## ***Eine Konsultation***

Mit diesen Indikatoren können wir jetzt eine Beratung durchführen.

Schreiben Sie Ihre Fragen auf.

Viele Experimente haben gezeigt, dass die "andere Seite" nur auf die von Ihnen gestellten Fragen antwortet, und zwar genau so, wie Sie sie stellen. Es ist also sehr nützlich, eine klare Aufzeichnung Ihrer Fragen zu haben, um feststellen zu können, ob Sie angemessene Antworten von Ihrem Höheren Selbst erhalten haben, und um Ihnen zu helfen, herauszufinden, warum Sie vielleicht ein überraschendes Ergebnis erhalten. Schreiben Sie also bitte Ihre Frage auf, oder sagen Sie sie zumindest laut zu sich selbst, bevor Sie beginnen und während Sie das Pendel schwingen.

Zu Beginn der Konsultation schliesse ich die Augen und "beruhige" mich. Ich konzentriere mich und "verbinde" mich mit der Frage. Wenn Sie Anfänger sind, empfehle ich Ihnen, mit einer einminütigen Meditation<sup>1</sup> zu beginnen. Sobald Sie genügend Übung haben, sollten Sie sich mindestens 15 Sekunden Zeit nehmen, um sich ganz auf Ihre Frage zu konzentrieren.

Die ganze Idee der "Beruhigung" besteht darin, dass Sie offen werden für jede Antwort, die das Pendel Ihnen geben möchte, "ja", "nein" oder was auch immer. Fangen Sie nicht an, das Pendel zu schwingen, bevor Sie nicht einen klaren Verstand haben, der auf die besten Ergebnisse für die grösste Anzahl von Teilnehmern ausgerichtet ist.

Wenn ich bereit bin, hebe ich meinen ganzen Arm und schwinge das Pendel dreimal vorwärts und rückwärts, von mir weg und zu mir hin. Dann halte ich meinen Arm ganz ruhig in der Luft und warte etwa 20-30 Sekunden. Dann öffne ich die Augen und sehe, was das Pendel geantwortet hat.

Lassen Sie sich nicht hetzen! Manchmal braucht das Pendel eine ganze Weile, bis es sich "entschieden" hat. Die andere Seite kann einige Zeit zum "Nachdenken" oder "Berechnen" brauchen, bevor sie Ihnen eine Antwort gibt. In einer kürzlich durchgeführten Konsultation bat ich Melkiades um eine Qualitätsbewertung einer dreiseitigen Liste von Gesundheitsstörungen. Jede Störung war numerisch kodiert worden. Melkiades brauchte etwa drei Minuten, um die Antwort zu berechnen, aber dann war die Antwort in den Wiederholungstests zuverlässig. Auch in interaktiven Meditationen mit Klienten habe ich manchmal festgestellt, dass es bei komplexen Fragen zu unerwarteten Zögerungen kam. Dies suggeriert uns diesseits des Schleiers, dass "die andere Seite" eine Suche, eine Berechnung oder eine Konsultation durchführen muss, bevor sie antwortet.

Ich habe auch eine interessante Tendenz bei Fragen nach der "wahrscheinlichsten künftigen Entwicklung" festgestellt. Wenn die Entwicklung kurz bevorsteht (Tage, Wochen), kommt die Antwort etwas schneller zurück als in Situationen, in denen sich die Frage auf weiter entfernte Ereignisse bezieht (Monate, Jahre). Es bringt einen zum Schmunzeln, wenn man auf das Pendel schaut und sich vorstellt, wie sich die

---

1 Eine-Minuten-Meditation: <https://www.youtube.com/watch?v=F6eFFCi12v8>

Wahrscheinlichkeitsrechner im Jenseits drehen, während man auf das Ergebnis wartet.

## ***Die Auswertung***

Schreiben Sie Ihr Ergebnis auf.

Seien Sie dabei sehr streng, besonders am Anfang. Wenn wir aus unserer 3D-Erfahrung herauskommen, haben wir einen teuflischen, egoistischen Verstand und wollen immer, dass die Dinge so laufen, wie wir wollen. Das Pendel ist nicht immer in Übereinstimmung mit dem, was wir wollen. Die einzige Möglichkeit, uns vor falschen, unbequemen Antworten zu schützen, besteht darin, sehr streng mit sich selbst zu sein und die Antworten, die das Pendel uns gibt, gewissenhaft zu notieren.

Wenn die Antwort sehr seltsam ist, habe ich die Drei-Fragen-Regel. Ich stelle dem Pendel dreimal dieselbe Frage, und nicht mehr. Ein Fehler kann immer möglich sein,

Wenn ich dann dreimal "ja" oder dreimal "nein" bekomme, ist die Antwort eindeutig.

Wenn ich einmal "Ja" und zweimal "Nein" erhalte, oder umgekehrt, halte ich inne und denke nach. Fühlten sich die Antworten wie zwei "starke Ja" oder zwei "klare Nein" an? Dann könnte die abweichende Antwort ein Fehler gewesen sein.

Wenn die Antworten weniger eindeutig waren, überlege ich, warum die Antwort nicht klar war. Bin ich müde? Bin ich in Eile? Ist die Frage in meinem Kopf nicht klar? Oder zögert das Höhere Selbst? Vielleicht wäre es angemessener, zu einem anderen Zeitpunkt zu fragen.

## ***Wer antwortet, Sie oder Ihr Höheres Selbst?***

Wenn Sie Ihr Pendel an einem Haken irgendwo in Ihrem Zimmer aufhängen und erwarten, dass es schwingt, ist es wahrscheinlich, dass es das nicht tut. Sie brauchen Ihre Hand, um es zum Schwingen zu bringen. Die Frage ist also, wer bringt das Pendel zum Schwingen, Sie oder Ihr Höheres Selbst?

Meine Antwort lautet: für einen Anfänger beides, und für den fortgeschrittenen Experimentator hauptsächlich das Höhere Selbst. Das ganze Spiel der Kommunikation mit dem Höheren Selbst über das Pendel besteht darin, die Wirkung unseres bewussten Denkens zu reduzieren und die Aktionen des Höheren Selbst hervortreten zu lassen und Ihre Handbewegungen zu steuern. Je mehr Sie das Ihrem Höheren Selbst überlassen können, desto besser werden Ihre Ergebnisse sein.

Dies ist die ganze Grundlage unserer Kommunikation mit dem Höheren Selbst. Das Höhere Selbst ist ein Teil von Ihnen. Es ist der Teil deiner Psyche, der dich mit dem "Jenseits" und der Höchsten Existenz, Gott oder "der Quelle", verbindet.

Das 3D-Leben hat diesen Teil unserer menschlichen Existenz viele Jahrzehnte, ja Jahrhunderte lang wegrationalisiert. Jetzt, in den zusätzlichen Dimensionen eines spirituellen Lebens, werden wir uns dessen wieder bewusst, unserer Nabelschnur zum Höheren Selbst und zum Jenseits. Wenn wir unser bewusstes Selbst und unsere Emotionen eine Weile ruhen lassen, bekommt das Höhere Selbst die Chance, in den Vordergrund zu treten und unsere Handbewegungen zu steuern, wenn wir ein Pendel schwingen. Es kann nun unsere Handmuskeln auf winzige Weise beeinflussen, um sie auf intelligente Weise in diese oder jene Richtung schwingen zu lassen. Und das ist die Grundlage für unsere Kommunikation mit dem Höheren Selbst, und über das Höhere Selbst mit dem Jenseits.

## ***Nach jemandem fragen***

Grosse Vorsicht ist geboten, wenn Sie mit dem Pendel über jemand anderen fragen.

Zunächst einmal: Sollten Sie fragen? Viele Liebesbeziehungen sind vorbei und abgeschlossen, und es wird kein Kontakt mehr gewünscht. Wenn Sie dann darauf bestehen, Zugang zur Seele eines ehemaligen Partners zu bekommen, obwohl Sie das eigentlich nicht sollten, setzen Sie sich möglicherweise einer massiven Gegenreaktion aus. Es kann sein, dass Sie für Ihr ungebetenes Eindringen mit Schlaflosigkeit, Unbehagen oder sogar Krankheit bezahlen müssen. Fragen Sie also jedes Mal, ob Sie die Erlaubnis der anderen Person haben, bevor Sie in deren Intimsphäre eindringen.

Zweitens: Seien Sie sich bewusst, dass das, was Sie herausfinden, von sehr vorübergehender Natur sein kann. Hier ist ein konkretes Beispiel. Meine Partnerin Elena sollte eines Abends um 23 Uhr über Skype ein internationales Ferngespräch mit mir führen. Um 23.45 Uhr war noch kein Anruf eingegangen, und ich fragte mein Pendel, was los sei. Ich erhielt das Signal "Nein". Was konnte das sein? Gab es ein grösseres Problem? War sie verärgert über mich? Alle möglichen Gedanken gehen einem in solchen Momenten durch den Kopf.

Also rief ich sie über Skype auf ihrem Mobiltelefon an. Es war nichts Ernstes. Sie hatte einfach keinen Internetanschluss und konnte mich daher nicht anrufen. Da internationale Anrufe von ihrem Handy aus eher teuer sind, war sie ein bisschen sauer, dass ich sie noch nicht über Skype angerufen hatte. Nach einem freundlichen Gespräch legten wir auf, und ich fragte das Pendel erneut. Jetzt bekam ich ein "Ja"-Signal und es blieb für den Rest der Nacht bei "Ja".

Eine Pendelantwort, selbst wenn sie richtig ist, ist also nicht in Stein gemeisselt. Die Dinge können sich sehr schnell ändern, je nach den eigenen Gefühlen. Lassen Sie sich durch das Pendel nicht aus dem Gleichgewicht bringen, lassen Sie es Ihnen helfen, nicht schaden.

## ***Seien Sie sicher und handeln Sie***

Nach einer Beratung erwarte ich, dass die Antwort klar ist, damit ich entscheiden kann, wie ich handeln soll. Wenn sie immer noch nicht klar ist oder wenn die Antwort sehr gegen den Strich geht, kann ich sie mit einer anderen Technik überprüfen. Ich kann auf eine Gelegenheit warten, die Pendelantworten mit Muskeltests zu überprüfen, oder wenn ich es nicht eilig habe, kann ich die Überprüfung mit einer Frage an das I Ging vornehmen.

Eine Sache ist klar. Ich verlasse eine Beratung nie, bevor ich nicht ein klares Ergebnis habe. Melkiades und ich sind uns in diesem Punkt einig: Unser Geist und unser Handeln sollten niemals wischi-waschi sein. Wenn wir uns so sehr bemühen, einen ehrlichen Rat von der anderen Seite zu erhalten, dann sind wir es uns selbst schuldig, eine kristallklare Antwort zu empfangen.

Welche Massnahmen ich letztendlich ergreife, ist meine eigene Entscheidung. Meistens folge ich dem Rat von Melkiades – das ist klar. Aber ich habe auch schon gegen seinen Rat gehandelt. Er weiss, dass ich in dieser Inkarnation mein eigenes Lernen machen muss, und Lernen ist ein Ergebnis von Experimenten. Und das ist vielleicht nicht immer das, was das Höhere Selbst als die beste Richtung ansieht.

In der grossen Interaktion zwischen dem Höheren und dem Materiellen Selbst liegt die zentrale Spannung und Sensibilität unserer menschlichen Existenz. Durch interdimensionale Kommunikationsmittel können wir Menschen in eine freudige Interaktion mit dem Gottesfragment in uns treten. Aus dieser Interaktion erwächst das enorme Privileg unserer Kreativität.

[Überprüfung mit Melkiades: "Sind Sie mit dem Artikel in seiner jetzigen Fassung einverstanden?" Antwort: "Ja". "Kann ich ihn ins Internet stellen?" Antwort: "Ja." Anmerkung: Es gab eine frühere Version, bei der ich für die erste Frage ein "vielleicht" erhielt. Dann habe ich einige wichtige Änderungen vorgenommen, die Melkiades genehmigt hat. Jetzt stimmt er zu, dass der Artikel auch seinen Standpunkt vollständig widerspiegelt].

## 5.3. Muskeltest

Der Muskeltest ist eine alte Kunst und hat einen offiziellen Namen: "Kinesiologie".

Im Laufe des letzten halben Jahrhunderts ist diese Technik vor allem in der Chiropraktik und verwandten Bereichen bekannt geworden. In den letzten Jahren hat sie auch in der alternativen Medizin eine breite Anwendung gefunden.

Die Art der Kinesiologie, die wir hier anwenden, ist eine spezielle Art, die die natürlichen Reaktionen des Körpers auf Ja-Nein-Fragen ausnutzt. Ihre offizielle Bezeichnung lautet "spezialisierte oder Energie-Kinesiologie". Manche Leute nennen das, was wir hier machen, auch "bioenergetisches Testen". Der Einfachheit halber verwenden wir einfach den Begriff "Muskeltest".

### ***Muskeln geben Ja-Nein-Antworten***

Mit Muskeltests können wir die natürlichen Reaktionen des Körpers auf Fragen untersuchen. Was wir dabei feststellen, ist nicht wirklich überraschend. Unser Körper fühlt sich unwohl und wird unbeholfen, wenn wir an etwas Unangenehmes denken, und er funktioniert reibungslos, wenn wir an etwas Angenehmes denken. Das sind die Unterschiede, die wir beim Muskeltest untersuchen.

Sie sind mit dem verwandt, was man bei Lügendetektortests beobachten kann.

Die meisten Menschen werden unbeholfen, wenn sie lügen, und sie funktionieren normal, wenn sie nicht lügen. Bei Lügendetektortests werden Körperreaktionen wie Blutdruck, Puls, Atmung und Hautleitfähigkeit gemessen, während verschiedene Fragen beantwortet werden. Lügendetektoren erfassen unwillkürliche Kontraktionen und Entspannungen verschiedener Muskeln im Körper und unterscheiden unnatürliche von natürlichen Muskelreaktionen. Lügenantworten sind in der Regel übertrieben, besonders lang und unkoordiniert, im Vergleich zu ehrlichen Antworten, die kürzer, der Aufgabe angemessen und gut koordiniert sind.

Dieses Muster ändert sich bei eingefleischten Lügern, die gelernt haben, in einem völlig natürlichen Zustand zu bleiben, während sie die grössten Lügen erzählen. Die Normalisierung der natürlichen physiologischen Reaktionen beim Lügen ist eine "Kunst" (oder eine Abweichung), die relativ leicht erlernt werden kann und die für Spionage oder andere betrügerische Zwecke genutzt werden kann.

Aber hier ist unser Ziel das Gegenteil. Wir gehen davon aus, dass Sie Ihren Körper so natürlich und ehrlich wie möglich auf die gestellten Fragen reagieren lassen möchten. Ausserdem werden wir sehen, ob Sie Ihren Körper auch spontan auf Fragen antworten lassen können, die wir dem Höheren Selbst stellen.

Wahrscheinlich können Sie das. Wir werden Sie Schritt für Schritt dorthin führen.

### **5.3.1. Der Armtest**

Wir werden hier eine Reihe von praktischen Tests durchführen. Bitte suchen Sie sich einen Freund oder Freundin, um diese Übungen durchzuführen, die ohne zu zögern bereit sind, an diesen einfachen Tests teilzunehmen. Achten Sie darauf, dass Sie ausdrücklich um Erlaubnis bitten.

*Übung:* Bitten Sie Ihren Freund oder Ihre Freundin, sich aufrecht in die Mitte des Raumes zu stellen und einen Arm auszustrecken. Die Augen sollten offen sein und in einem Winkel

von 45 Grad nach unten zeigen. Bitten Sie den Arm schön starr zu halten. Stellen Sie sich hinter das Handgelenk des ausgestreckten Arms und legen Sie Ihre Hand auf das Handgelenk. Bitten Sie Ihren Freund oder Ihre Freundin, laut zu sagen: "Mein Name ist..." und seinen/ihren richtigen Namen einzugeben, z.B. "Mein Name ist Lisa Muster" oder wie auch immer sein/ihr richtiger Name lautet.

Irgendwann während dieses Satzes, in einem unerwarteten Moment, drücken Sie schnell auf das Handgelenk Ihres Freundes. Sie werden bemerken, dass es einen ziemlichen Widerstand gibt, da Ihr Freund versucht, den Arm oben zu halten.

Bitten Sie nun Ihren Freund oder Ihre Freundin, das Gleiche noch einmal zu tun: Strecken Sie den Arm aus und halten Sie ihn starr. Aber dann soll Ihr Freund einen Namen sagen, der typisch für das andere Geschlecht ist. Wenn Ihre Freundin also eine Frau ist, könnte sie sagen: "Mein Name ist Roger Wild". Während sie den Satz sagt, drücken Sie in einem unerwarteten Moment auf das Handgelenk. Merken Sie, wie der Arm viel leichter runter geht?

Wenn der Effekt nicht so deutlich war, geben Sie Ihrer Freundin ein Glas Wasser, warten Sie eine Minute, schütteln Sie den Arm ein wenig und versuchen Sie es erneut. Dann sollte normalerweise alles in Ordnung sein. Der Körper sollte nicht durstig sein, während Sie diese Übung durchführen.

Machen Sie so viele Versuche wie Sie brauchen, um zu sehen wie das funktioniert.

### ***Erläuterung***

Warum ist das passiert?

Dieser Effekt ergibt sich aus dem, was wir oben gesagt haben. Wenn Sie nicht lügen und wenn die Antwort "ja" lautet, sind Ihre Reaktionen natürlich. Wenn Sie also Ihren Arm ausgestreckt halten wollen, setzen Sie Ihre normale, natürliche Energie für diese Aufgabe ein. Das hält den Arm ganz gut gegen den Druck aufrecht.

Wenn Sie lügen, wird Ihr Körper "verwirrt". Ein Teil Ihres Körpers weiss, dass man den Arm ausgestreckt halten soll, und ein anderer Teil weiss, dass er lügt. Dadurch kommt es zu einer Fehlkoordination der Muskelreaktionen, und bingo, der Arm geht runter, viel leichter als vorher.

Dieses Grundprinzip der Koordination vs. Unkoordination wird bei der nächsten Übung noch deutlicher.

### ***5.3.2. Länge der Beine***

Bei dieser Version des Muskeltests untersuchen wir die Reaktion des gesamten Körpers. Es ist logisch, dass bei einer ehrlichen Antwort der gesamte Körper in einem gleichmässigen Entspannungszustand bleiben sollte. Wenn man jedoch lügt, gerät der Körper der Meisten in ein körperliches Ungleichgewicht. Die eine Hälfte des Körpers zieht sich zusammen, während die andere Hälfte des Körpers entspannt bleibt. Das Ergebnis ist, dass eine Körperhälfte etwas kürzer ist als die andere.

Der Unterschied ist ziemlich gross. Im Allgemeinen liegt der Unterschied zwischen den beiden Zuständen bei etwa 1 cm.

Die meisten Menschen glauben das nicht, bis sie es tatsächlich sehen. Am einfachsten lässt es sich demonstrieren, wenn eine Person auf einem Bett liegt und Schuhe mit deutlich sichtbaren Absätzen trägt. Probieren wir dies also aus.

*Übung.* Bitten Sie Ihren Bekannten, sich so auf das Bett zu legen, dass die Füsse über die

Bettkante hinausragen. Die Knöchel sollten direkt auf der Unterkante des Bettes liegen, mit Schuhen, die deutlich sichtbare Absätze haben.

Wenn eine Person nur ruhig daliegt oder ihren richtigen Namen sagt, sind die Fersen etwa gleich lang. Manche Menschen haben ein Bein, das ein bisschen länger ist als das andere. Lassen Sie Ihren Freund seinen richtigen Namen sagen und notieren Sie den normalen Unterschied zwischen den Beinen.

Jetzt machen wir den Lügentest. Lassen Sie Ihren Freund oder Ihre Freundin "Mein Name ist..." mit einem typischen Namen des anderen Geschlechts sagen. Schauen Sie sich die Absätze an.

Ist das nicht erstaunlich? Ein Bein ist jetzt sehr viel kürzer als das andere. Bei den meisten Menschen ist nun ein Unterschied von 1-1,5 cm zwischen den Fersen zu sehen.

Probieren Sie diese Übung so lange aus, bis Sie ein gutes Gefühl dafür bekommen, wie sich eine richtige Antwort von einer falschen Antwort unterscheidet.

*Feine Unterschiede.* Die Unterschiede können auch graduell sein. Probieren Sie einige Situationen aus, in denen Sie offensichtliche Lügen von Halblügen unterscheiden, oder in denen Sie klare Wahrheiten von unsicheren Situationen unterscheiden. Achten Sie darauf, was Ihnen die "Füße" zu diesen Situationen sagen. Im Allgemeinen sollte es starke Fersenunterschiede bei klaren Wahrheiten und offensichtlichen Lügen geben. Die Fersenunterschiede bei Halblügen und unsicheren Situationen sollten weniger deutlich sein.

*Die Ausnahmen:* Manche Menschen haben genau die gegenteilige Reaktion: Sie zeigen ähnliche Fersen für falsche Bedingungen und unterschiedliche Fersenlängen für wahre Bedingungen. Logisch gesehen macht das nicht viel Sinn, aber so ist es nun einmal. Manche Menschen sind einfach anders "verdrahtet". Es gibt aber immer noch einen Unterschied zwischen echten und falschen Reaktionen. Merken Sie sich einfach, welche Fersenreaktion welchem Zustand entspricht, und dann können Sie den Rest der Übungen wie bisher durchführen.

Und wenn Sie keine systematischen Reaktionen erhalten, nehmen Sie ein Glas Wasser, warten Sie eine Minute, schütteln Sie die Beine und alles sollte in Ordnung sein.

### **5.3.3. Lassen Sie das Höhere Selbst sprechen**

Und nun lassen wir das Höhere Selbst sprechen.

*Übung.* Bei dieser Übung sollten weder Sie noch Ihr(e) Freund(in) eine Antwort im Kopf haben. Führen Sie eine kurze Meditation durch, um Ihren Geist zu klären und sich für jede Antwort zu öffnen, die das Höhere Selbst Ihnen gibt. Stimmen Sie "sich auf die Zielperson ein". Je neutraler Sie sind, desto leichter kann das Höhere Selbst seine Antworten darlegen.

Bevor Sie beginnen, bitten Sie das Höhere Selbst Ihres Freundes oder Freundin um die Erlaubnis, an der Übung teilzunehmen. Achten Sie darauf, dass Sie via die Füße ein klares "Ja" erhalten.

Lassen Sie nun Ihre(n) Freund(in) die Frage auswählen und sie laut stellen. Konzentrieren Sie sich auf die Frage und öffnen Sie Ihren Geist zu jedwelcher Antwort, die da kommen mag.

Überprüfen Sie nun die Füße und schreiben Sie die Antwort auf.

Sobald das gut funktioniert, stellen Sie eine ganze Reihe von Fragen.

Wenn Sie sich von allen Sorgen befreien, wenn Sie ernsthafte Fragen stellen und wenn

Sie sich genügend Zeit zum Lernen geben, wird sich Ihr Höheres Selbst definitiv mit dem Muskeltest manifestieren. Daran besteht kein Zweifel. Beide Tests sind schwer bewusst zu beeinflussen, insbesondere der Fusslängentest, so dass jeder, der ernsthaft um die Hilfe des Höheren Selbst bittet, mit der Zeit ehrliche Antworten erhalten wird.

Die grundsätzliche Funktionsweise ist im Grunde dieselbe wie beim Pendel. Sie beruhigen Ihr bewusstes Denken und Ihre Emotionen, und Sie laden den intelligenten Teil Ihrer Psyche ein aufzutauchen, statt passiv zusehen, wie Sie durch Ihr Leben gehen. Wenn alle diese Bedingungen erfüllt sind, wird Ihr Höheres Selbst auf jeden Fall hervortreten und mit Ihnen kommunizieren.

Und an dem Tag, an dem es Ihnen etwas sagt, was Sie nicht erwartet haben und was sich dann als richtig herausstellt, an diesem Tag werden Sie endgültig wissen, dass Sie eine freudige Brücke der Kommunikation mit Ihrem Höheren Selbst eröffnet haben.

## **Überprüfung**

Am Ende einer Konsultation stellt sich immer die Frage: Können Sie diesen Antworten vertrauen? Die einzige Antwort lautet: Überprüfen Sie es noch einmal. Eine Konsultation ohne Überprüfung ist ungefähr so sicher, wie eine ganze Flasche Wein zu leeren und ohne Sicherheitsgurte nach Hause zu fahren.

Sie haben jetzt zwei völlig unabhängige Ja-Nein-Kommunikationsmittel mit Ihrem Höheren Selbst, das Pendel und den Muskeltest. Verwenden Sie beide, um Ihre Antworten zu überprüfen.

*Check 1:* Wiederholen Sie alle Fragen, eine nach der anderen, mit den Fersen. Schreiben Sie die zweite Reihe von Antworten auf und vergleichen Sie sie mit den ursprünglichen Antworten.

*Check 2:* Wiederholen Sie alle Fragen mit dem Pendel. Schreiben Sie die Antworten auf und vergleichen Sie sie mit den Antworten des Muskeltests.

*Check 3:* Besprechen Sie alle Fragen, bei denen Sie einen Unterschied festgestellt haben, und finden Sie heraus, warum Sie einen Unterschied gesehen haben. Stellen Sie gegebenenfalls Zusatzfragen. Klären Sie alle Differenzen.

Am Ende der Konsultation sollten sowohl Sie als auch Ihr(e) Freund(in) ein absolut klares Verständnis davon haben, was die Botschaften des Höheren Selbst waren.

### **5.3.4. Zusammenfassung und Ausblick**

Wenn ich dies hier niederschreibe, erscheint mir alles so einfach, und ich frage mich, warum so wenige meiner Freunde diese Kommunikationswerkzeuge mit dem Höheren Selbst benutzen.

Wenn man diese Werkzeuge einmal im Alltag benutzt, werden sie so einfach wie das Zähneputzen. Man hat eine Frage, nimmt das Pendel in die Hand, konzentriert sich darauf die Antwort vom Höheren Selbst zu bekommen, respektiert und überprüft die Antwort, und fertig ist man.

Bei Fragen, die Sie mit Ihrem Partner, Ihrem Ehemann oder Ihrer Ehefrau klären wollen, nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um die Antworten Ihrer Füße zu überprüfen. Sie tun Ihre Arbeit immer mit voller Ehrlichkeit und in völliger Offenheit gegenüber den Antworten, die Sie von Ihrem Höheren Selbst erhalten werden. Es ist einfach, schnell und leicht zu tun. Warum sollte es so schwierig sein? Warum nutzen nicht mehr Menschen diese Art der Beratung?

Ein Teil des Problems ist der "Seltsamheitsfaktor". In vielen Familien gibt es nur ein Familienmitglied, das "glaubt", dass man auf diese Weise gute und nützliche Antworten bekommen kann. Wenn Sie diesen Blog mit anderen Familienmitgliedern teilen, könnte das ein wenig helfen. Eine gute Lösung ist auch, sich mit anderen zusammenzutun, die Ihre Vorliebe für neue Erkundungen teilen.

Ein anderer Teil ist unser 3D-Egoismus, den wir bei unserem Aufstieg zu höheren spirituellen Ebenen hinter uns lassen werden. Unser 3D-Egoismus suggeriert uns, dass wir bereits alle Antworten haben, die wirklich wichtig sind, und dass wir keinen Rat von unserem Höheren Selbst brauchen. Während wir aufsteigen, verstehen wir, dass es immer viele verschiedene Arten gibt, etwas zu sehen, und dass die Perspektive des Höheren Selbst uns einige aussergewöhnlich nützliche Einsichten geben kann.

Und damit wird sich der "Seltsamheitsfaktor" allmählich auflösen, und viel mehr von uns werden den Reichtum und die Weisheit neuer Perspektiven begrüßen. Ich freue mich auf diesen Tag.

[Überprüfung: "Melkiades, bist Du mit dem Text in seiner jetzigen Form einverstanden?" Antwort: "Einverstanden." "Ist dieser Text bereit, ins Internet gestellt zu werden:" Antwort: "Definitiv."]

## 5.4. Das Yi-Jing oder I Ging

Wir haben uns bisher mit Pendel- und Muskeltests beschäftigt. Ich verwende diese Instrumente täglich, aber sie sind auf "Ja-Nein"-Antworten und einige Gradierungen beschränkt. Mit anderen Worten: Der Kommunikationscode ist im Wesentlichen binär.

Das ist unpraktisch, wenn man mit einer grossen Anzahl von Alternativen konfrontiert ist. Es kann sehr zeitaufwändig werden, alle Möglichkeiten einer langen Liste von Wahlmöglichkeiten zu testen. Stattdessen wünscht man sich ein Gesamtbild einer kompletten Situation oder einen Hinweis auf eine bestimmte Richtung. Es kann auch sein, dass das Höhere Selbst eine Idee hat, die nicht einmal unter unseren Alternativen auftaucht. In diesem Fall braucht man ein Kommunikationsmittel, das eine vollständige Idee oder ein Konzept auf einen Schlag überträgt. Mit anderen Worten: Wir brauchen ein symbolisches Kommunikationsmittel.

Das Yi-Jing<sup>1</sup> bietet genau das. Es ist eines der ältesten Wahrsagesysteme der Menschheit und reicht mindestens 3000 Jahre zurück. Die Standardversion, die wir heute noch verwenden, ist etwa 2000 Jahre alt. Das zeigt, dass der Wunsch, mit dem Jenseits zu kommunizieren, uralt ist, möglicherweise so alt wie die Menschheit. Nach dem, was wir aus dem Yi-Jing sowie aus alten chinesischen Texten entnehmen können, sind unsere Fragen weitgehend dieselben geblieben. Meistens möchten wir wissen, welches Glück wir in einem bestimmten Unternehmen haben, oder wir möchten wissen, wie eine Liebesbeziehung verlaufen wird.

Für das Yi-Jing brauchst du mindestens einen guten Yi-Jing Text und drei Münzen. Darüber hinaus benötigen Sie eine gute Übersetzung in Ihre Muttersprache.

Im Westen empfehle ich, sich die gute und bekannte Übersetzung des deutschen Wilhelm-Originaltextes oder die entsprechende lokale Übersetzung zu besorgen. Auf eine englische Wilhelm-Übersetzung wird weiter unten verwiesen. Ich habe derzeit keine Informationen über einen massgeblichen chinesischen Erklärungstext.<sup>2</sup>

In einer guten Übersetzung lernen Sie, wie man die Münzen wirft und vor allem, wie man die Ergebnisse richtig interpretiert. Heutzutage kann man das Yi-Jing auch am Computer werfen, entweder online oder mit einem eigenen Programm<sup>3</sup>. Aber Vorsicht, nicht alle Computerprogramme sind gleich gut. Fragen Sie das Yi-Jing bei einer Ihrer ersten Konsultationen, ob ihm das Programm, mit dem es läuft, gefällt. Wenn nicht, besorgen Sie sich ein anderes. Überprüfen Sie dann, ob das Programm Ihnen erlaubt, mit Ihrem Höheren Selbst Kontakt aufzunehmen. Wenn alles gut aussieht, sind Sie im Geschäft.

Im nächsten Abschnitt erklären wir die allgemeine Logik einer Yi-Jing-Beratung. Es ist wichtig, sich zunächst einen Überblick zu verschaffen, denn das Yi-Jing kann schnell sehr komplex werden und einen Neuling überfordern.

### 5.4.1. Wie eine Wünschelrutensuche funktioniert

Ein Wahrsagesystem besteht im Wesentlichen aus vier Teilen: 1. eine Frage, 2. eine Wahrsage, 3. eine Deutung und 4. eine Interpretation.

---

1 Die englische Transkription aus dem 19. Jahrhundert ist "I Ching" und die moderne Transkription ist "Yi-Jing". Die chinesische Aussprache ähnelt dem "yi-dzing". Die meisten englischen Texte verwenden immer noch die "I Ching"-Form, aber Fachtexte verwenden zunehmend die moderne Transkription.

2 <https://www.wisdomportal.com/IChing/IChing-Wilhelm.html>. Gut für Ressourcen:  
<https://aspectsoftao.net/index.html>

3 z.B. <https://www.eclecticenergies.com/iching/virtualcoins>

In der *Wahrsage* eines jeden Wahrsagesystems muss man eine beliebige Rahmenbedingung setzen.

Man kann zum Beispiel ein paar Würfel oder Münzen werfen, oder man kann ein paar Karten mischen und auslegen, oder man kann, wie bei einer alten chinesischen Wurftechnik, ein paar Knochen erhitzen und sehen, wie sie knacken, oder man könnte Tee kochen und untersuchen, wie sich die Teeblätter am Boden einer Tasse anordnen.

Die Erwartung ist, dass das „Sagen“ aus unserer Sicht völlig willkürlich ist, während es in der "anderen Seite" nicht willkürlich ist. Von der "anderen Seite" wird erwartet, dass sie diesem Ereignis eine gewisse Ordnung auferlegt, sodass dem Wahrsager letztlich die Antwort auf seine Frage gegeben wird.

In der *Deutung* reduziert man den Fall der Münzen usw. auf einen systematischen *Code*. Wenn man zum Beispiel bei der Abfrage des Yi-Jing Münzen wirft, werden die sechs Münzfälle in sechs Linien umcodiert und bilden ein Hexagramm. Beim Lesen von Teeblättern suggeriert das Muster der Blätter, die nach dem Ausgießen des Tees zurückbleiben, dem Wahrsager ähnlich aussehende Objekte (wie einen Apfel, eine Axt, einen Ball oder eine Kerze). Dieses kodierte Element (das Hexagramm im Yi-Jing oder der Gegenstand, der beim Lesen der Teeblätter suggeriert wird, usw.) hat eine Standardinterpretation, die der Wahrsager in seinen Notizen aufbewahrt oder auswendig gelernt hat.

In der *Interpretationsphase* setzt der Wahrsager die Standardinterpretation mit der ursprünglichen Frage des Fragestellers in Beziehung.

#### **5.4.2. Wie es mit dem Yi-Jing gemacht wird**

Schauen wir uns an, wie das mit dem Yi-Jing gemacht wird.

Seit dem 12. Jahrhundert besteht die gebräuchlichste Art das Yi-Jing zu werfen, darin, sechsmal drei Münzen zu werfen<sup>4</sup>. Bei jedem Wurf ist eine von vier Bedingungen möglich: drei Mal Kopf, zwei Mal Kopf, zwei Mal Zahl oder drei Mal Zahl. Sie sind wie folgt aufgeschrieben:

*Zwei Köpfe und eine Zahl:* eine unveränderliche Yang-Linie (hell, männlich):

———— (eine einfache Linie)

*Zwei Zahlen und ein Kopf:* eine unveränderliche Yin-Linie (dunkel, weiblich):

— — (eine unterbrochene Linie)

*Drei Zahlen:* eine sich bewegende/verändernde Yang-Linie (hell, männlich):

— o — (eine Linie mit einem o)

*Drei Köpfe:* eine sich bewegende/verändernde Yin-Linie (dunkel, weiblich):

— x — (eine gestrichelte Linie mit einem x)

Wenn man die drei Münzen sechsmal wirft und jede Zeile über die vorhergehenden anfügt, erhält man ein *Hexagramm*. Dies ist das Grundsymbol des Standard Yi-Jings. Wenn man den Unterschied zwischen den einfachen und beweglichen Linien nicht berücksichtigt, kann man auf diese Weise alle 64 möglichen Hexagramme konstruieren.

---

<sup>4</sup> Es gibt auch eine ältere und komplizierte Methode, die "Schafgarbenstängelmethode". Ich kann diese Methode nicht empfehlen, weil sie Ergebnisse mit ungleichen Wahrscheinlichkeiten für die vier möglichen Ergebnisse liefert, während wir mit unserer Drei-Münzen-Methode natürlich vier gleiche Wahrscheinlichkeiten wollen. Diese merkwürdige Schräglage der Schafgarbenstängel-Methode zeigt sich bei der Addition von Yi-Jing-Zahlenwerten (die hier nicht erläutert werden) im Vergleich der beiden Methoden. Es ist merkwürdig, dass diese unerwünschte Schräglage der Schafgarbenstängelmethode erst in den letzten Jahren entdeckt wurde.

## Deuten und Interpretieren

Jedes der 64 Hexagramme hat eine zentrale Bedeutung. Das Hexagramm 8 (links) zum Beispiel steht für Vereinigung, Zusammenhalten, Zusammenschluss, Allianz. Kurz gesagt, Hexagramm 8 zeigt den Prozess des *Zusammenkommens*. Wie sind die alten Chinesen auf diese Bedeutung gekommen?



Das Hexagramm setzt sich aus zwei Trigrammen zusammen. Das obere Trigramm steht für das *Wasser* und das untere für *die Erde*. Was entsteht, wenn sich Wasser auf der Oberfläche der Erde sammelt? Pfützen, ein Teich oder ein See. Mit anderen Worten: Die Kombination der beiden Trigramme deutet auf eine Vereinigung von Strömen hin, die in eine Pfütze fließen, in der sich das Wasser an der Erdoberfläche sammelt.



Nehmen wir also an, Sie werfen das Yi-Jing, während Sie sich die Frage stellen: "Welche Wirkung wird das Schreiben dieses Aufstiegs-Blogs auf mein Publikum haben?" Wenn Sie Hexagramm 8 erhalten, werden Sie wahrscheinlich zu dem Schluss kommen, dass das Schreiben des Blogs den Effekt haben wird, Menschen zusammenzubringen, so wie sich Wasser in einem Wasserbecken sammelt.

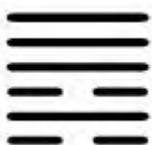
Mit anderen Worten: Eine vermeintlich willkürliche Handlung wie das Werfen von drei Münzen hat ein Bild ergeben, das sehr wahrscheinlich einen Bezug zu Ihrer Frage hat. Der gesamte Rest des Wahrsagens mit dem Yi-Jing beruht auf dieser Art von Prinzip.

Wir haben hier nur eine Beziehung aufgezeigt, die Beziehung zwischen den Grundbedeutungen der oberen und unteren Trigramme. Aber viele andere Aspekte des Hexagramms werden ebenfalls genutzt.

Wichtig sind zum Beispiel die bewegten Linien, die sich aus sehr entscheidenden Würfeln wie drei Köpfen oder drei Zahlen ergeben. Sie stellen besonders hervorstechende Aspekte des Hexagramms dar. Eine weitere häufige Operation ist die Umkehrung jeder Linie des Hexagramms, die einen weiteren Kontext und ein Zukunftspotenzial für die gegebene Situation andeutet.

## Das Hexagramm als Prozess

Ein wichtiger Aspekt der Hexagrammdeutung ist die Entwicklung von Zeile zu Zeile. Jede Zeile hat eine bestimmte Bedeutung, und die Entwicklung der Bedeutung von der untersten zur obersten Zeile folgt einer logischen Entwicklung.



Nehmen wir ein Beispiel. Hexagramm 6 (links) steht für verschiedene Arten des Streits, einen Konflikt oder einen Rechtsstreit. Die Wilhelm-Übersetzung (eine der wichtigsten Übersetzungen des Yi-Jing) nennt dieses Hexagramm "Konflikt".

In der ersten Zeile von unten wird dem Leser die Situation einer niederen Person gezeigt, die keine Chance hat, einen Konflikt zu gewinnen. Hier lautet der Ratschlag, die ganze Geschichte einfach zu vergessen, wenn sie als Wechselzeile (–x–) auftaucht. Wir achten besonders auf den Ratschlag, wenn er als sich bewegende oder verändernde Linie auftaucht, das heisst: –x– oder –o–.

In der Mitte des Hexagramms steht ein Rat für jemanden, der versucht hat, seine Probleme mit einem Konflikt zu lösen, und der nicht sehr weit gekommen ist. In der fünften Zeile wird ein gerechter Schlichter gezeigt, der in einem Konflikt weise eine Entscheidung trifft. In Zeile 6 schliesslich begegnen wir dieser Situation: "Ein Verfolgen des Streites bis zum bitteren Ende ist, selbst wenn man recht behält, vom übel, weil man dadurch die Feindschaft verewigt." (Übersetzung Wilhelm).

Man kann die Logik hinter dieser Entwicklung erkennen.

Der Konflikt wird als Prozess gesehen, von einem kaum merklichen Anfang bis zu einem bitteren Ende. Wenn Sie eine sich bewegende Linie entlang einer dieser Stationen erhalten, deutet dies darauf hin, dass diese Bedingung besonders auf Ihre Situation zutreffen könnte. Wenn Sie zum Beispiel Hexagramm 6 geworfen haben und Ihre letzte Linie eine sich bewegende Linie war, die aus drei Köpfen resultierte, würden Sie den Kommentar "bitteres Ende" erhalten. Was auch immer Ihre ursprüngliche Frage gewesen sein mag, das Yi-Jing würde Ihnen sagen, dass Sie zu weit gegangen sind. Sie haben vielleicht gewonnen, aber es war ein hart erkämpfter Sieg, und die Gewalt der Aktion könnte sich gegen Sie wenden und später weitere Probleme aufwerfen.

### **5.4.3. Irrtümer und die Pendelprüfung**

Natürlich könnte ein solcher Yi-Jing-Kommentar auch völliger Unsinn sein. Ihre Frage könnte lauten: "Was empfindet meine Freundin für mich?", während Sie beide total verliebt sind und alles gut läuft. Wenn Sie unter diesen Umständen die Zeile 6 mit dem Hexagramm 6 empfangen, könnten Sie das Buch ziemlich beunruhigt weglegen und das Yi-Jing vielleicht nie wieder zu Rate ziehen. Wir müssen also sofort über Fehler sprechen, die bei einer Yi-Jing-Konsultation auftreten können.

Sie erinnern sich vielleicht, dass nach Melkiades die Wahrscheinlichkeit eines Fehlers relativ gross sein kann (Abschnitt 5.1.3., "Mit Vorsicht vorgehen"). Für ein Computer Yi-Jing mit dem üblichen Verfahren, das ich 1998 - 2018 angewandt habe ("einmal klicken und Sie erhalten die gesamte Yi-Jing-Lesung"), gab mir Melkiades eine "angemessene und richtige" Bewertung von nur etwa 85%.

Ihre eigenen Wahrscheinlichkeiten mögen natürlich besser sein. Aber ehrlich gesagt, nach 40 Jahren, in denen ich das Yi-Jing geworfen habe, und nach mehreren Jahren danach, die ich damit verbracht habe, eine Computerversion dieses Wahrsagesystems zu entwickeln, war ich über diese hohe durchschnittliche Fehlerwahrscheinlichkeit erstaunt und enttäuscht.

### **Was konnte ich also tun, um meine Fehlerquote zu verringern?**

Ich habe lange nachgedacht und schliesslich kam ich auf die Lösung: **Ich kombiniere das Yi-Jing mit dem Pendel.** Das funktioniert besonders gut mit einem computerisierten Yi-Jing.

Ich bitte meinen Klienten, sich auf eine Frage zu konzentrieren. Dann stelle ich die Frage mehrmals mit dem Yi-Jing und halte das Ergebnis nach jedem Wurf fest. Nach etwa fünf bis zehn Würfen frage ich das Pendel, welcher der Würfe die passendste Antwort gegeben hat. Das Pendel hat sich immer sehr eindeutig entschieden. Melkiades gibt an, dass diese Methode für mich in etwa 98% der Fälle die passendste Antwort liefert.

Das ist jetzt viel mehr nach meinem Geschmack. Das ist mein jetziges und sehr zufriedenstellendes System.

## **Fehler 1: Unkonzentriertheit und Unerfahrenheit**

Um aber einen noch tieferen Einblick in die Vorgänge bei einer Beratung zu bekommen, wollen wir untersuchen, wo Fehler auftreten können – auch wenn sie nach einem Pendelcheck auftreten.

Die erste Art von Fehlern ist mangelnde Konzentration, Müdigkeit, Unerfahrenheit oder mangelndes Vertrauen. Ich werde keine Yi-Jing-Beratung (oder irgendeine andere Beratung) durchführen, wenn ich müde bin. Ich erinnere mich auch daran, dass ich vor zehn Jahren viel mehr unpassende Antworten bekam als heute. Mein Vertrauen ist gewachsen, auch wenn ich mir der Möglichkeit eines Fehlers bewusst bin. Heute gehe ich sehr vorsichtig vor, wenn ich eine Befragung durchführe, und nur dann, wenn ich gut in Form und voll konzentriert bin.

## **Fehler 2: Der "willkürliche" Wurf**

Die nächste Art von Problem kann während der Wurfphase auftreten. Wenn Sie Ihre drei Münzen hoch genug werfen, haben sie eine gleichmässige Chance, entweder mit dem Kopf oder mit dem Ende nach oben zu fallen. Ausserdem bleibt genug Zeit für das Höhere Selbst (oder eine andere Kraft aus dem Jenseits), um auf den Fall der Münzen einzuwirken.

Aber wie funktioniert das Werfen mit einer computerisierten Version des Yi-Jing? Bei einem Computer basieren beliebige Zahlen letztlich auf dem Moment, in dem eine Taste gedrückt wird. Sechs Kopien dieser Millisekunde werden quasi-willkürlich in sechs Zeilen eines Hexagramms umgewandelt. Ist diese Art des „Giessens“ wirklich "willkürlich"? Kann eine Kraft aus dem Jenseits genau in dem Moment, in dem eine Taste gedrückt wird, einwirken und einen komplexen Prozess zur Berechnung der Antwort in Gang setzen?

Ich kann mir nicht sicher sein – was letztlich zu der Methode der "Pendelprüfung" geführt hat, die so solide und sicher ist, wie weit ich das Yi-Jing zu drücken vermochte.

## **Fehler 3: Die Frage - Bildbeziehung**

Schliesslich scheint mir, dass die schwerwiegendste Einschränkung des Yi-Jing sein "begrenzt Vokabular" sein könnte. Das Yi-Jing unterscheidet nur 64 mögliche Hauptbedeutungen, die gebogen werden müssen, um jede Frage zu beantworten. Obwohl 64 typische menschliche Situationen eine interessante Palette darstellen, ist es dennoch möglich, dass einige Antworten zu weit von der Frage entfernt sind, einfach weil das symbolische Vokabular nicht die angemessenste Antwort enthält.

Die einzige Lösung für dieses Problem sind andere Kommunikationssysteme, die ein direktes Bild liefern und von der "anderen Seite" vorgeschlagen wird (wie luzide Träume) oder die zu uns persönlich sprechen (wie interaktive Meditationen oder Channeling). In diesen Fällen hat das Höhere Selbst eine viel grössere Auswahl an Möglichkeiten, zu antworten. Diese Möglichkeiten werden in den nächsten Kapiteln besprochen.

### **5.4.4. Schlussfolgerung**

Als Beispiel für eine Wahrsage habe ich diejenige genommen, die ich am besten kenne und das auch das älteste dokumentierte System ist, das es gibt, und das ein starkes symbolisches Vokabular hat. Darüber hinaus schätze ich die ausgezeichneten menschlichen Einsichten und die tiefe Weisheit, die in den Empfehlungen des Yi-Jing enthalten sind. Ich habe viel vom Yi-Jing gelernt, und ich hoffe, noch mehr zu lernen.

Es gibt jedoch auch andere Wahrsagesysteme, wie das Tarot, die Geomantie oder, wie

gesagt, das Lesen von Teeblättern. Wenn Sie ein Neuling auf diesem Gebiet sind und sich für ein System entscheiden möchten, würde ich Ihnen einen intuitiven Ansatz empfehlen. Was fühlt sich für Sie richtig an? Womit können Sie sich identifizieren?

Die einzige Empfehlung, die Melkiades und ich Ihnen mit auf den Weg geben möchten, ist die folgende: Machen Sie es richtig. Wenn Sie sich für ein symbolisches Kommunikationssystem entscheiden, lernen Sie das System gut kennen. Auch wenn Sie Fehler machen, lernen Sie daraus und denken Sie darüber nach. Das ist das Einzige, was wirklich zählt, wenn wir versuchen, unsere Kommunikation mit unserem Höheren Selbst und mit Wesenheiten im Jenseits zu verbessern.

[Verifizierung: "Melkiades, bist du mit dem Text in seiner jetzigen Form einverstanden?" Antwort: "Einverstanden, insbesondere nach dem Hinzufügen des Pendels". "Melkiades, kann ich ihn ins Internet stellen?" Antwort: "Einverstanden."]

## 5.5. Luzide Träume

Enthalten unsere Träume Botschaften aus dem Jenseits?

Viele von uns erinnern sich an die Geschichte aus dem Alten Testament, in der der Pharao träumte, dass sieben magere Kühe sieben fette Kühe frassen (1. Mose 41).

Dieser Traum wurde von Josef so gedeutet, dass auf sieben reiche Jahre sieben magere Jahre folgen würden, die die Gewinne der vorangegangenen reichen Jahre aufzehren würden. Diese Deutung erwies sich als wahr. In den sieben reichen Jahren wurden reichlich Vorräte angelegt, und Ägypten blieb in den darauffolgenden sieben schweren Jahren eine Zeit grosser Knappheit erspart.



Sieben fette Kühe



Sieben magere Kühe

Bilder: <http://www.utdallas.edu/geosciences/remsens/Nil/intro.html>

Starke und drastische Träume wie dieser sind nicht ungewöhnlich. Die meisten von uns hatten schon Träume, die kraftvoll, geheimnisvoll und/oder erschütternd waren. Als wir aufwachten, fragten wir uns, ob sie eine tiefere Bedeutung hatten.

Die Antwort ist nicht einfach und sehr individuell. Es gibt kein Standardwörterbuch zur Traumdeutung. Die meisten Traumelemente beziehen sich auf den persönlichen Kontext und auf individuelle Erfahrungen. Nur wenige Träume sind klar, die meisten sind ein Mischmasch aus unverdauten Alltagserfahrungen. In der Regel ist es schwierig, einen klaren Rat oder eine Botschaft von "der anderen Seite" zu erkennen.

Manche Träume sind jedoch sehr klar und scheinen uns etwas Bestimmtes zu sagen. Als ich nach meiner Pensionierung anfang, häufiger zu meditieren, bekam ich mehr und mehr solcher Klarträume. Traumspezialisten empfehlen oft Träume aufzuschreiben, und so beschloss ich, einen Traum aufzuschreiben, wenn er besonders klar war, wenn er einer linearen Entwicklung folgte, wenn ich ein gewisses Mass an Autonomie empfunden hatte und wenn ich spürte, dass er eine bestimmte Botschaft enthielt. Das würde ich einen "luziden Traum" nennen, und ich würde mir die Zeit nehmen, ihn aufzuschreiben.

### **5.5.1. Luzide Träume mit einer Botschaft des Höheren Selbst**

Als ich anfang, meine luziden Träume zu notieren, traten sie immer häufiger auf. Viele waren persönlicher Natur, da sie auf ein privates Versagen hinwiesen oder sich mit einer verschwiegenen Frustration befassten. Einige luzide Träume waren eindeutig als Lernsituationen angelegt. Ich erinnere mich an einen Traum, der mich eine harte Lektion lehrte und in dem mein Höheres Selbst, Melkiades, eine klare Führungsrolle spielte.

Die Szene war völlig realistisch.

Ich war ein junger Pilot<sup>1</sup> und traf einen potenziellen Arbeitgeber vor einem grossen Hangar. Ich begrüßte ihn auf der Treppe des Gebäudes. Ich begleitete ihn durch das grosse Gebäude, vorbei an einigen offenen Hangars. Da darinnen sahen wir einige wirklich schicke, moderne und hochwertige Flugzeuge, die jeder Pilot nur zu gerne fliegen würde. Ich hoffte natürlich, eines dieser Flugzeuge steuern zu können.

Schliesslich gingen wir durch einige Türen, wo wir einen anderen Piloten trafen. Ich zeigte mich von meiner besten Seite und grüsste ihn fröhlich. Den Flugzeugmechaniker, der ein paar Schritte hinter dem Piloten stand, grüsste ich jedoch nicht. Nach ein paar Minuten in einem Hinterzimmer gingen der Arbeitgeber und ich um das Gebäude herum zurück zu unserem Ausgangspunkt auf der Treppe.

Jetzt kam der schwierige Teil des Traums.

An diesem Punkt fand ich heraus, dass der Arbeitgeber in Wirklichkeit mein Höheres Selbst war. Er stand jetzt hinter mir und liess mich ein Stück vom Gebäude weg in die Vogelperspektive gehen. Er bat mich, zu dem Moment zurückzugehen, in dem ich den Piloten, nicht aber den Mechaniker gegrüsst hatte. Telepathisch fragte mich mein Höheres Selbst, ob irgendetwas an der Situation falsch sei.

Ich brauchte ein oder zwei Sekunden. Dann wurde ich mir meiner unachtsamen und hochmütigen Haltung gegenüber dem Mechaniker bewusst. Er liess mich wissen, dass der Flugzeugmechaniker in vielerlei Hinsicht die wichtigste Person von allen sei und dass ich jedem, der an dem Unternehmen beteiligt sei, mit mehr Respekt begegnen solle. Unter diesen Umständen wurde mir gesagt, dass ich noch nicht in der Lage sei, eines der ausgewählten Flugzeuge, die im Hangar warteten, zu fliegen.

Dieser Traum war sehr direkt und sehr persönlich. Er traf mich mitten in den Magen. Nach dem Aufwachen habe ich lange darüber nachgedacht, ob ich fair zu allen um mich herum gewesen bin oder ob ich noch ein paar Lektionen in Demut brauche.

Obwohl ich diese Szene im wirklichen Leben nie gesehen hatte, war der Traum so realistisch, dass ich tatsächlich hätte dort gewesen sein. Ich könnte heute noch dorthin zurückgehen und jeden Schritt wiederholen. Ausserdem wollte ich nie ein Verkehrsflugzeug oder einen der kleinen Luxusliner steuern, die ich im Hangar sah. Der Aufbau eines Vorstellungsgesprächs für eine Stelle als Luxusflieger war eine reine Erfindung. Ich schliesse daraus, dass Melkiades und sein Team diese komplexe Filmkulisse entweder nur für mich geschaffen haben oder dass sie mich für diese Lektion eine ihrer Standard-Lehrkulissen besuchen liessen.

Melkiades sagt, dass das Set-up nur für mich geschaffen wurde. Je mehr ich über die Raffinesse dieser Szene nachdenke, desto mehr bin ich von dem Reichtum dieses luziden Traums beeindruckt. Es war ein virtuelles 3D-Leben auf die Spitze getrieben.

## ***Intensive Lektionen und Selbstbeobachtung***

Luzide Träume sind eine Stufe höher als das Pendel, Muskeltests und das Yi-Jing. Von der reinen Intensität und Wirkung her ist dies eine anspruchsvollere Art der Begegnung mit dem eigenen Höheren Selbst. Ich vermute, dass wir im Allgemeinen die Lektionen erhalten, für die wir bereit sind. Ich habe meine "harte" Lektion erst an einem Punkt im Leben erhalten, an dem ich diese Lektion vollständig verstehen konnte.

Als Bewohner einer aufgestiegenen Dimension können wir wahrscheinlich das Privileg zu schätzen wissen, wenn uns solch mächtige Lektionen angeboten werden. Wir wissen, dass das Höhere Selbst es nicht böse meint und dass Er/Sie sorgfältig an die Aufgabe herangeht, uns eine Lektion zu erteilen. Beachten Sie, dass Melkiades mich lediglich

---

<sup>1</sup> Ich hatte eine Privatpilotenlizenz mit etwa 500 Flugstunden, daher war mir der Kontext vertraut.

aufforderte, einen heiklen und entscheidenden Moment in dieser erfundenen Szene noch einmal zu betrachten. Er hat nicht gepredigt oder grossspurig darauf bestanden, eine Lektion zu erteilen. Aber direkt im Traum gab er mir zu verstehen, dass ich nachlässig gewesen war, und er wies mich auf die Konsequenzen meines Handelns hin.

Als ehemaliger Lehrer bewundere ich seinen didaktischen Stil.

Die Lehre, die wir aus all dem ziehen, ist die Bedeutung der Selbstbeobachtung. Es spielt keine Rolle, was genau man lernen muss. In meinem Fall war es eine Lektion in Bescheidenheit, in einem anderen Fall könnte es eine Lektion in Toleranz sein, oder was dann auch immer. Das wichtige Detail liegt in der Art und Weise, wie die Lektion erteilt wird. Mein Höheres Selbst, Melkiades, hat mich nicht getadelt, sondern meine Aufmerksamkeit auf das gelenkt, was geschehen war. Als ich sah, was ich getan hatte, als mir die Worte "Respekt vor jedem im Unternehmen" in den Ohren klangen. Als ich begriff, welche Konsequenzen es haben würde, wenn ich die Stelle nicht bekäme und nicht in der Lage wäre, eines dieser Flugzeuge zu fliegen – da habe ich all diese Elemente zusammengenommen, und da habe ich meine Lektion gelernt.

Und das zeigt die erstaunlich gute Lehre, zu der das Höhere Selbst fähig ist.

### **5.5.2. Ein weiterer luzider Traum**

Der vorangegangene Traum war sehr persönlich gewesen. Manche Träume weisen auch auf allgemeine Wahrheiten hin. Hier ist ein Beispiel. Es zeigt, wie eine Botschaft in eine komplett erfundene Geschichte eingebettet sein kann.

Es geschah zur Zeit der Punischen Kriege im Römischen Reich (264 BC to 149 BC).

Ich war der Chef eines militärischen Ausguckes in einem römischen Aussenposten auf einem kleinen Hügel im heutigen Tunesien<sup>2</sup>. Wir erlebten gerade einen sehr schlimmen Angriff. Feindliche Truppen schienen von überall aus dem Tal in unser Lager zu strömen. Unsere Truppen waren zahlenmässig völlig unterlegen, und wir wurden schwer massakriert. Ich sah, wie überall auf unseren Wachtposten und in unseren Lagern Männer fielen.

Unsere Truppen aus dem Tal sahen mich an. Wütend und mit Angst in den Augen fragten sie sich, warum wir sie nicht vor dieser Situation gewarnt hatten. Ich war der Leiter des Aussenpostens und musste ihnen sagen, was geschehen war.

Ich sagte: "Wir wussten, dass die feindliche Truppe völlig überlegen war. Wir haben es gesehen und ich habe dem Kommandeur gesagt was passiert ist. Und ich weiss, dass er es den Generälen gesagt hat. Aber ich habe dann Folgendes gehört.

"Die Generäle in unserem Gebiet hatten solche Angst, dass wir diesen Teil des Römischen Reiches nicht halten konnten, dass sie keine Boten nach Rom schickten. Sie schämten sich und fürchteten um ihr eigenes Fortkommen. Also hat niemand Rom von der Gefahr berichtet, und niemand hat Verstärkung angefordert. Das ist der Grund, warum wir dieses Massaker erleben.

"Jetzt liegt es an uns, zu tun, was wir können. Kämpfen und zusammenhalten. Einige von uns werden es schaffen, andere nicht."

Von unserem Aussenposten aus beobachteten wir die Schlacht und halfen, wo wir konnten. Unsere Streitkräfte brachen unter dem Ansturm zusammen. Wir sahen, wie abertausende tapferer Männer in dem Massaker fielen. Viele gute Freunde gingen in dieser langen und schrecklichen Nacht verloren.

---

<sup>2</sup> Ich war nie beim Militär und auch nie in Tunesien. Von den Punischen Kriegen habe ich nur im Rahmen meiner Lektüre über das Römische Reich erfahren.

In dieser Nacht lernten wir alles, was wir jemals über Leben und Tod wissen mussten – und über den wahren Mut unserer Generäle. Das letzte Bild, das ich von der Schlacht hatte, war ein schrecklicher Anblick von Gemetzel und Feuer im ganzen Tal. Ich sah, wie meine eigene Seele die Schlacht verliess, sich erhob und im Himmel verschwand. Ich schwebte nun über einem benachbarten Berg und blickte auf die Szene herab. Ich spürte, dass ich meinen Körper verlassen hatte.

### ***Ein gutes Hollywood-Drehbuch***

Das war eine furchtbare Geschichte mit grosser Wirkung, wie der vorangegangene Traum. Als ich aufwachte, war ich verwirrt und fragte mich, warum ich diesen Traum bekommen hatte. Er entsprach meiner Definition eines luziden Traums. Er war klar, geradlinig, und ich hatte das Gefühl, mich nach Belieben bewegen zu können. Und er schien eine Botschaft zu enthalten.

Der Kontext war neu für mich, es war das frühe Rom. Ich hatte das Gefühl, dass die Szene in Nordafrika während der punischen Kriege stattgefunden haben könnte. In meinem Traum war ich dort gewesen, ganz lebendig. Ich war leidenschaftlich römisch, wie ein kleiner stolzer Offizier, der einen Aussichtsposten leitete.

Der Traum war sehr intensiv. Ich erinnerte mich an die Schlacht, als wäre sie gestern gewesen. Ich erinnere mich, dass ich vor der Schlacht auf meinem Vorgebirge stand, mit Blick auf ein offenes Tal auf der einen und ein geschlossenes Tal auf der anderen Seite. Unsere Truppen lagerten in gräulich aussehenden Zelten auf der geschlossenen Seite des Tals, und die Schlacht war in diesem Moment im Gange. Zwischen den Feuern waren Schreie zu hören, und feindliche Soldaten lieferten sich Kämpfe mit unseren Truppen.

Was hatte das mit meinem heutigen Ich zu tun, das mehr als zweitausend Jahre später in Europa lebte? Wo war die Botschaft?

Das könnte ein früheres Leben gewesen sein. Aber Melkiades sagt mir, dass es sich nicht um ein früheres Leben handelte, zumindest nicht um meines. Er sagt mir, dass es nur darum ging, mir zu zeigen, *wie sich die Entscheidungen einiger höherer Personen auf die Menschen auswirken können, die ihnen unterstellt sind*. Ich dachte an die abscheuliche Ausrede der römischen Generäle, und dann sah ich eine Verbindung zwischen dem Traum und der damaligen Weltlage.

### ***Moderne Stümperei und eine Verbindung***

Tatsächlich hatte ich den Traum im Dezember 2010, in der Nacht, nachdem ich von der massiven Veränderung des Golfstroms aufgrund der Ölpest im mexikanischen Golf im Sommer zuvor erfahren hatte. Ich hatte über die höchst fragwürdige Entscheidung gelesen, in diesem Gebiet zu bohren, über die unglaubliche Stümperei bei den Versuchen, die Katastrophe zu stoppen, und über die gleichgültige Haltung, die bei den Aufräumarbeiten vorherrschte. Diese Katastrophe bescherte den Britischen Inseln und Nordeuropa einen unglaublich schlechten Start in den Winter und versprach zudem weitreichende langfristige Umweltauswirkungen.

Natürlich machte ich mir kritische Gedanken über die Politiker und hohen Beamten, die für diesen ganzen Pfusch verantwortlich waren – wenn es überhaupt Pfusch war. Einige der Autoren, die ich las, nährten die Idee, dass die gesamte Katastrophe absichtlich herbeigeführt worden war, um die Ernten auf zwei Kontinenten zu schädigen und das Meeresleben im gesamten atlantischen Becken zu vergiften, alles als Teil einer Intrige einer globalen Machtpolitik.

Ich habe die Verbindung hergestellt. Die Pointe des Traums war, dass die höheren Mächte

überhaupt keine Hilfe waren, weder in Rom noch hier im 21. Jahrhundert. Die römischen Generäle, die nicht um Verstärkung baten weil sie um ihre Karriere fürchteten, stellen eine offensichtliche Parallele zu den Höhergestellten dar, die (anscheinend) bei der Beseitigung der Ök Katastrophe stümperhaft waren. Dort wurde gefuscht, und vielleicht wurde auch hier gefuscht.

Vielleicht ging der Traum sogar noch weiter. Er deutete auch darauf hin, dass es Stümperei auf hoher Ebene in vielen Farben gibt. Einige können absichtlich sein, wie einige der Autoren vorgeschlagen haben. Einige andere können auch mit der Anwesenheit von inkompetenten und ängstlichen Führungskräften zusammenhängen.

Wir vermuten oft nicht, dass unsere Vorgesetzten ängstlich sind. Vielleicht müssen wir unsere Meinung revidieren.

### **5.5.3. Wunsch und Absicht**

Luzide Träume sind wie ein werbefreier Teil unserer Traumwelt: Im Gegensatz zu dem wirren Durcheinander normaler Träume präsentieren sie eine kohärente Handlung mit einer Botschaft. Soweit ich in meinen eigenen luziden Träumen sehen kann, sind die Zusammenhänge weitgehend erfunden, auch wenn sie Elemente aus unserem realen Leben aufgreifen, um unser Interesse zu wecken und die Botschaft ansprechender zu gestalten.

Dieses interdimensionale Kommunikationswerkzeug öffnet ein viel reichhaltigeres Fenster als die vorhergehenden Werkzeuge – das Pendel, der Muskeltest und das Yi-Jing. Auf den ersten Blick scheint es, dass dies auf Kosten der freiwilligen Kontrolle geht. Bei den anderen Werkzeugen entscheiden Sie, wann Sie mit Ihrem Höheren Selbst sprechen wollen, während beim luziden Träumen die Entscheidung in den Händen des Höheren Selbst liegt.

Aber das ist nicht ganz so. Wir können auch den Wunsch äussern, zum nächsten geeigneten Zeitpunkt einen luziden Traum zu haben, oder sogar einen luziden Traum über ein bestimmtes Thema. Diese Absicht wird gehört und berücksichtigt, und zwar in einer Weise, die für Sie angemessen ist. In luziden Träumen können Sie vielleicht nicht kontrollieren, was in dem Film, den Sie gerade sehen, als Nächstes kommt, aber Sie können die Art des Films vorschlagen, den Sie gerne sehen möchten.

Auf diese Weise findet ein Grossteil des fortgeschrittenen spirituellen Lernens statt. Während Sie lernen, werden Sie feststellen, dass Sie Anweisungen in eine bestimmte Richtung brauchen. Zuerst tust du dein menschliches Bestes, um zu lernen, was du kannst. Dann öffnen Sie Ihren Geist und bitten Ihr Höheres Selbst um einen geeigneten luziden Traum. Dann gönnen Sie sich eine richtige Pause. Wenn Sie Ihre biologisch notwendige Schlafzeit hinter sich gebracht haben und noch etwas Schlaf übrig ist, stehen die Chancen gut, dass Sie einen Traum haben, der Sie in Ihrem Lernprozess weiterbringt. Ihr Wunsch und Ihre Absicht stehen in direktem Zusammenhang mit den luziden Träumen, die Sie haben werden.

Deine Absicht ist das Kraftwerk hinter dem spirituellen Lernen, das du erhalten wirst.

[Überprüfung: "Melkiades, bist du mit dem Blog in seiner jetzigen Form einverstanden?" Antwort: "Einverstanden." "Kann der Blog im Internet veröffentlicht werden?" Antwort: "Einverstanden." Anmerkung: Dieser Blog wurde auf Anregung von Melkiades stark umstrukturiert].

## 5.6. Interaktive Meditationen

Viele von uns verspüren den tiefen Wunsch, mit unserem inneren, tiefen und spirituellen Selbst in Kontakt zu treten.

In diesem Teil werden wir über Meditationen sprechen, die Einblicke in vergessene Erinnerungen ermöglichen. Dazu brauchen wir einen geschulten Spezialisten, der uns hilft, in eine tiefe Meditation einzutreten, und der uns während der Meditation durch unsere persönlichen Fragen führen kann.

Ich nenne dies eine *interaktive Meditation*. Ich ziehe "interaktive Meditation" der "Hypnose" vor, die viele Menschen für diese Anwendung verwenden.

"Hypnose" wird weithin mit Bühnenhypnose assoziiert, bei der Menschen aufgefordert werden, erniedrigende Aufgaben zu erfüllen. Ausserdem sind hypnotische Praktiken in stark katholischen Gebieten und in der gesamten hispanischen Welt verpönt (unter Franco waren sie sogar illegal).

Im Gegensatz dazu gibt es in fast allen Kulturen der Welt bestimmte Arten von *Meditationspraktiken*. Eine interaktive Meditation ist also nur eine bestimmte Form der Meditation. Hier wird sie genutzt, um *mit einem Teil von uns selbst in Kontakt zu treten*.

### ***Fantasie-Freunde (Make-believe Freunde)***

Bei einigen von uns reicht der Wunsch, mit unserem inneren Selbst zu sprechen, bis in die Kindheit zurück. Als Kinder hatten viele von uns imaginäre "Fantasie-Freunde". Eine Studie hat gezeigt, dass 65% aller Kinder in ihrer Kindheit irgendwann einmal imaginäre Freunde hatten<sup>1</sup>. Lange Zeit wurde dies als Zeichen von Einsamkeit angesehen, aber neuere Studien haben eine solche Interpretation nicht bestätigt. Stattdessen hat eine grosse Yale-Studie<sup>2</sup> gezeigt, dass Kinder, die imaginäre Freunde haben, phantasievoller sind, einen reicheren und vollständigeren Wortschatz entwickeln und sich besser mit ihren Klassenkameraden verstehen als Kinder, die keine imaginären Freunde haben.

Es hat also den Anschein, dass Kinder aller Altersstufen mit ihren Fantasiefreunden recht glücklich interagieren – eine Erfahrung, die sie offenbar gut auf das spätere soziale Leben vorbereitet.

### ***Echte geistige Berater***

Natürlich wurde in diesen traditionellen Studien nicht die Möglichkeit untersucht, dass unsere "zusätzlichen Freunde aus der Kindheit" tatsächlich real existieren könnten. Aber sind sie tatsächlich irgendwie am Leben?

Könnte der "Fantasiefreund" eines Kindes mehr sein als nur ein praktischer imaginärer Kumpel, dem man die Schuld gibt, wenn etwas schief geht? Könnten diese Kinder telepathisch mit ihrem höheren Selbst kommunizieren? In diesem Alter sind sie noch nicht so sprachbegabt wie wir im Erwachsenenalter, und sie sind vielleicht empfänglich für innere Botschaften ihres Selbst. Es gibt eine ganze Reihe von Anekdoten darüber, dass manche Kinder in den ersten fünf Lebensjahren geistige Wesenheiten sehen und mit ihnen kommunizieren, aber es gibt keine eindeutigen Hinweise.

1 Z.B., <https://www.susannewmanphd.com/blog/2015/03/28/imaginary-friends-should-parents-worry/>, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/singletons/200806/imaginary-friends-any-in-your-house>

2 Dorothy G. Singer, mit Jerome J. Singer, *The House of Make-Believe: Children's Play and the Developing Imagination*, 1992.

Im Erwachsenenalter haben unsere Berater jedoch eine deutlichere Art und Weise, ihre Anwesenheit kundzutun. Manchmal machen wir aussergewöhnliche Erfahrungen, die darauf hindeuten, dass "jemand Besonderes" uns beschützt.

Ich hatte im Alter von 30 Jahren einen schweren Autounfall. Nur wenige Minuten, nachdem ich in einem plötzlichen Regensturm frontal gegen eine Felswand geprallt war, hielt eine Krankenschwester professionell mein zertrümmertes Gesicht zusammen. Ohne sie wäre ich vielleicht auf der Stelle verblutet. War das nur ein Zufall?

Normalerweise würden wir das nie erfahren. Fast jeder hat eine Geschichte von aussergewöhnlichem Glück zu erzählen, und es ist immer schwierig zu wissen, ob es nur ein Zufall war. Aber jetzt, wo wir das höhere Selbst mit dem Pendel oder mit Muskeltests befragen können, können wir herausfinden, ob eine höhere Hand im Spiel war. Melkiades sagt tatsächlich, dass die plötzliche Anwesenheit der Krankenschwester am Unfallort kein Zufall war, sondern dass ein höherer Wunsch im Spiel war.

Das wirft natürlich die Frage auf, warum meine Zeit noch nicht abgelaufen war, als ich 30 war. Warum wurde mir eine weitere Chance zum Leben gegeben? Über diese Frage habe ich seither viele Male nachgedacht. Ein Hinweis darauf ist, dass die Rettung nach dem Felsenunfall dazu beigetragen hat, dass Psychologie, Kommunikation und Interaktionen mit dem Höheren Selbst zu einem zentralen Punkt in meinem späteren Leben wurden.

Vielleicht lesen Sie dies als eine direkte Folge dessen, was ich im Alter von 30 Jahren erlebte.

### **5.6.1. Vorahnungen und Erfahrungen vor dem Tod**

Viele erleben auch Vorahnungen. Eine Stimme in unserem Inneren kann uns vor einer unangenehmen oder gefährlichen Erfahrung warnen, die bald eintreten wird.

In extremer Gefahr haben manche sogar eine "engelhafte" Erfahrung, bei der sie körperlich aus der Gefahr gebracht werden, gerade noch rechtzeitig, um schwere Verletzungen oder den Tod zu vermeiden. Ein solches aussergewöhnliches Ereignis, das von einer guten Videokamera aufgezeichnet wurde, ist in dieser Sequenz zu sehen<sup>3</sup>. In solchen Momenten werden wir auf eindringliche Weise an die Macht des göttlichen Eingreifens erinnert.

Im weiteren Verlauf des Lebens wird die visuelle Erscheinung von geistigen Wesenheiten häufiger, je näher wir dem Tod kommen. Menschen, die sich in den letzten Tagen ihres Lebens befinden, wachen manchmal auf und sehen ihre Verwandten am Ende des Bettes auf sie warten. Auch Menschen, die Nahtoderfahrungen machen, berichten von Engelswesen, die sie während ihrer Abwesenheit vom Körper empfangen und begleiteten. Nach ihrer Rückkehr ins Leben sind viele dieser Menschen so tief beeindruckt von ihrer Erfahrung, dass sie bereitwillig spirituelle Berater in ihrem Leben wünschen<sup>4</sup>.

### **Eine Verbindung mit der göttlichen Welt?**

Sind all diese Ereignisse Produkte eines Wunsch- oder Wahndenkens, oder sehen wir tatsächlich eine Verbindung zur göttlichen Welt?

Wir haben gesehen, dass sich manchmal in allen Lebensphasen, von der Kindheit bis ins hohe Alter, geistige Berater bemerkbar machen können. Warum können Sie ihnen also

---

3 Unabhängig davon, ob es sich bei diesem speziellen Ereignis um einen echten oder einen äusserst gut konstruierten Schwindel handelte, zeigt das folgende Video ein solches Ereignis. Viele andere ähnliche Berichte aus der ganzen Welt sind in verschiedenen Büchern und Geschichten gesammelt worden. YouTube "Paranormales Video Live-Teleportation" <https://www.youtube.com/watch?v=ba84UegCoPs>

4 Siehe die vielen Referenzen auf der zusammenfassenden Website von <https://www.near-death.com/>.

nicht ein paar direkte Fragen stellen, um sicher zu gehen?

In der Tat können Sie einige Erkundigungen einholen. Eine *freiwillige interaktive Meditation* ermöglicht es Ihnen, mit Ihrem Höheren Selbst zu interagieren, fast so, als ob Sie eine direkte Konsultation mit Ihrem Höheren Selbst hätten. Ich selbst habe etwa 50 Mal Einführungen in interaktive Meditationen geleitet. Wie das geht, erzähle ich Ihnen gerne.

Es bleibt dabei, dass viele professionelle Psychologen nicht glauben, dass diese Verfahren möglich sind. Lassen Sie mich also ein paar Worte an die professionellen Psychologen richten, die über interaktive Meditationen noch unentschlossen sind.

### **5.6.2. Für professionelle Psychologen**

Im Jahr 2012 habe ich das Verfahren, das ich zur Einleitung interaktiver Meditationen verwende, einer grossen Gruppe von Berufspsychologen in Deutschland vorgestellt. Nahezu alle schüttelten ungläubig den Kopf.

Viele dachten, ich sei völlig durchgeknallt. Viele meinten, meine Klienten könnten Wahnvorstellungen haben, oder dass das interaktive Meditationsverfahren die Entstehung von Wahnzuständen begünstigen würde. Ihnen zufolge ist dies so weit von der Wahrheit entfernt, wie man es sich nur vorstellen kann.

Aber fast alle meine Klienten waren wunderbar gesund, meist jüngere Klienten, die in ihr tiefstes Selbst vordringen wollten, bevor sie eine wichtige Lebensentscheidung trafen.

Wir wissen, dass es ernsthaft abnorme Fälle gibt. Wir wissen, dass bestimmte Menschen verschiedene Arten von Illusionen haben, die völlig bizarr und unangemessen sind. Ein Teil ihrer Erfahrung kann darin bestehen, dass sie "Stimmen hören, die ihnen sagen, was sie tun sollen". Dann sehen sie keine andere Möglichkeit, als diesen Stimmen zu folgen. Es handelt sich hier eindeutig um eine tiefgreifende Störung, und diese Menschen brauchen sorgfältige professionelle Betreuung. Diese Personen, da stimme ich voll und ganz zu, sollten niemals eine interaktive Meditation durchführen. Personen, die wahnhaftes Verhalten zeigen, sollten niemals an einer interaktiven Meditationssitzung teilnehmen, und es sollte ihnen auch keine solche Sitzung angeboten werden.

Die Personen, die von einer interaktiven Meditationserfahrung profitieren könnten, sind genau das Gegenteil. Es sind gesunde Erwachsene, die einen hohen Reifegrad erreicht haben, die eine oder mehrere persönliche Fragen haben und die Meinung ihres tiefsten inneren Selbst hören möchten. Nachdem sie ihr inneres Selbst oder ihr Höheres Selbst konsultiert haben, treffen sie ihre eigenen begründeten Entscheidungen darüber, welche Vorgehensweise sie wählen.

Das andere wichtige Thema, das die klinischen Psychologen beschäftigt, ist einfach die Neuartigkeit unseres Ansatzes. Die Hypothese einer unsichtbaren Entität, die mit uns kommuniziert, ist für sie immer noch schwer vorstellbar. Sie stösst in vielen herrschenden wissenschaftlichen Kreisen, zumindest in Westeuropa und in der englischsprachigen Welt, immer noch auf völlige Ablehnung.

Ich sehe dies als Teil einer grösseren historischen Entwicklung. Vor etwa 150 Jahren führten Informationsmangel und eine tiefe Faszination für neu aufkommende Erfindungen dazu, dass die Wissenschaft und die von ihr beherrschte Welt eine überwiegend materialistische Position einnahmen. Gegenwärtig kehren sich die Tendenzen langsam um. Dank vieler Faktoren – viel umfangreichere Forschungsergebnisse, viel breitere Publikationskanäle, umfangreiche persönliche Experimente sowie weit verbreitete Interaktionen über das Internet – revidieren wir langsam die Erkenntnisse. Was noch vor zwei Jahrzehnten "Phantasien" und "Illusionen" über die spirituelle Präsenz in unserem

Leben waren, wird jetzt zu echten Hypothesen, ja sogar zu wirklichen Wahrscheinlichkeiten, die durch anspruchsvolle wissenschaftliche Experimente überprüft (man denke an die Scole-Experimente<sup>5</sup>).

Viele professionelle Psychologen auf der ganzen Welt gehen heute davon aus, dass spirituelle Berater tatsächlich existieren, Teil eines jeden von uns sind und dass sie mit uns über eine interaktive Meditation kommunizieren können.

### ***Jeder hat einen potenziellen Zugang***

Diejenigen von uns, die tatsächlich interaktive Meditationen geleitet haben, haben vielleicht eine Reihe von Überraschungen entdeckt: z.B. starke Beweise für die eigene oder die Reinkarnationsvergangenheit ihres Klienten oder Informationen über ein reales Ereignis, das vorher nicht bekannt war.

Und das scheint der springende Punkt zu sein: Es ist nicht die göttliche Welt, die in Frage gestellt wird. Die Existenz einer göttlichen Welt ist kaum umstritten; sie hat viele Anhänger unter fast allen Völkern der Welt. Die Frage ist, ob wir Menschen eine *Verbindung* zur göttlichen Welt in uns tragen können. Wir sagen: Ja, *wir alle* haben eine solche tiefere Verbindung.

### ***5.6.3. Aus den Erfahrungen von Dolores Cannon***



Diese Botschaft verbreitet sich weltweit, durch spirituelle Gruppen, soziale Medien und Video-Upload-Systeme. So ist es nicht wirklich überraschend, dass viele Menschen ihrem Höheren Selbst direkt begegnen möchten, indem sie ihre eigenen Channeler werden. Sie möchten ihrem Höheren Selbst begegnen und die Stimme ihres "Meisters" hören, in einer quasi biblischen Begegnung mit den göttlichen Wesen, die uns begleiten.

Mit der Hilfe eines erfahrenen Praktikers ist dies nun möglich.

Vor einem halben Jahrhundert entdeckte eine unternehmungslustige amerikanische Psychologin (*oben*) einen Weg, um das Höhere Selbst in einem tiefen Zustand der Meditation direkt zu uns sprechen zu lassen. Ihr Name ist Dolores Cannon. Vielleicht haben Sie schon von ihr gehört. Viele ihrer öffentlichen Vorträge wurden auf YouTube und anderen Videokanälen veröffentlicht, und sie hat 18 Bände geschrieben, die auf den Transkriptionen einiger der aussergewöhnlichsten interaktiven "Dialoge" basieren, die sie in den mehr als 40 Jahren, in denen sie Sitzungen gehalten hat, geführt hat. In den Tausenden von Sitzungen, die sie seit den 1960er Jahren durchgeführt hat, hat sie viele aussergewöhnliche Geschichten darüber erhalten, über das was Klienten erleben, wenn sie sich in diesen *tiefgreifenden Meditationszuständen* befinden<sup>6</sup>.

Zum Beispiel sprachen einige ihrer Klienten, wenn sie sich in einem Zustand befanden,

5 In der Wissenschaft sagt man, dass man, wenn man etwas Ungewöhnliches beweisen will, besser ungewöhnlich starke Argumente hat. Es war lange Zeit schwierig, für eine "Kommunikation mit der anderen Seite" zu argumentieren, aber in den letzten Jahren ist dies viel einfacher geworden. Hier ist ein Bericht über ein aussergewöhnlich solides Experiment zur interdimensionalen Kommunikation: YouTube "The Afterlife Investigations - The Scole Experiments - feature" [https://www.youtube.com/watch?v=6qSEi\\_sfaSU](https://www.youtube.com/watch?v=6qSEi_sfaSU).

6 Dolores Cannon verwendet den Begriff "Hypnose", den ich aus den oben genannten Gründen vermeide.

der "Channeling" erlaubt, als Wesen, die inkarniert sind, "um der Erde durch die gegenwärtigen schwierigen Zeiten zu helfen". Sie hat so viele dieser Berichte erhalten, dass sie in ihrem dritten Band "Convolutet Universe"<sup>7</sup> und in einem Sonderband<sup>8</sup> Transkriptionen dessen liefert, was diese "drei Wellen von Freiwilligen" auf die Erde gekommen sind, um zu tun. Sie weist auch darauf hin, dass man solche "freiwilligen Seelen" von anderen Seelen durch ihre besonderen Überzeugungen und Ansichten unterscheiden kann<sup>9</sup>.

In anderen aussergewöhnlichen Geschichten sagt Dolores Cannon, dass sie auf diese Weise mit Nostradamus, mit Jesus und sogar mit ausserirdischen Wesen kommuniziert hat, und dass sie viele Informationen über die Ursprünge unseres Planeten und andere wichtige wissenschaftliche Themen erhalten hat. So interessant sie auch sind, sollten diese aussergewöhnlichen Sitzungen nicht als "normale Sitzungen" betrachtet werden. Dolores Cannon gibt bereitwillig zu, dass es sich dabei um eher ungewöhnliche Berichte handelt und dass die weitaus meisten "Inner-Voice"-Kommunikationen von normalen Klienten stammen, die mit den typischen Problemen konfrontiert sind, die jeder Mensch hat.

Selbst diese Gespräche können sich als aussergewöhnlich erweisen. Wenn ein Kunde eine Antwort auf ein alltägliches Problem braucht, nimmt die gechannelte Stimme im Allgemeinen eine distanzierte und weise Position ein und führt den Kunden zu klaren, soliden und praktikablen Lösungen. In Rückblicken auf die Antworten nach der Induktion sagen die Klienten oft, dass sie in ihrem normalen Bewusstseinszustand nicht die gleiche Antwort gegeben hätten und dass sie froh waren, diese neue Perspektive auf das Problem zu erhalten.

### ***Normale Klienten werden zu Ausnahmefällen***

Die "innere Stimme" scheint also mehr zu wissen als die "äussere Stimme". Oft enthüllen die inneren Stimmen Informationen über die ursprünglichen Ursachen der psychischen oder körperlichen Probleme der Klienten, und oft liegen diese Ursachen in früheren Leben.

In einem typischen Beispiel, das Dolores Cannon anführt, wunderte sich einer ihrer Klienten über einen medizinisch unerklärlichen chronischen Schmerz in einer seiner Schultern. Die innere Stimme erklärte, dass dies darauf zurückzuführen sei, dass der Klient in einem früheren Leben sein Leben in einem Schwertkampf verloren hatte und an dieser Schulter tödlich getroffen worden war. Nachdem die ursprüngliche Ursache geklärt war, fragte Dolores Cannon das Höhere Selbst, ob die chronischen Schmerzen nun gelindert oder beseitigt werden könnten. Und tatsächlich verschwanden die chronischen Schmerzen in derselben interaktiven Meditationssitzung dauerhaft.

Und jetzt kommt der absolut erstaunliche Teil. Anscheinend sind solche "Spontanremissionen" so häufig, dass in den Jahren vor ihrem Tod die meisten von Dolores Cannons Klienten Krebspatienten waren, die versuchten, ihre Krankheit mit interaktiven Meditationen zu bekämpfen. Nach dem, was ich informell in einem Seminar mit Dolores Cannon gehört habe, haben viele ihrer Klienten hervorragende Langzeitergebnisse gezeigt.

---

7 Dolores Cannon (2001, 2005, 2008, 2012). The Convolutet Universe I-IV. Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

8 Dolores Cannon (2011). The Three Waves of Volunteers and the New Earth, Ozark Mountain Publishing. <https://ozarkmt.com>.

9 Ein bisschen zu meiner eigenen Belustigung erfülle ich alle diese Kriterien.

## **Ein Fall von "Spontanremission"**

Ich persönlich habe einen spektakulären Fall von "Spontanremission" erlebt, bei dem es sich um eine Klientin handelte, die an einem Schulungskurs von Dolores Cannon teilgenommen hatte. Es handelte sich um eine Frau, die von mehreren Männern schwer missbraucht worden war, die jetzt geschieden war und um das Sorgerecht für ihre Kinder kämpfte. Es ging ihr nicht gut. Sie hatte chronische Nackenschmerzen, eine grosse Wucherung auf der linken Seite und starke Unterleibsschmerzen entwickelt.

Während der interaktiven Meditationssitzung meldete sich eine ganz andere Stimme zu Wort und erklärte, dass sie eine der Seelen sei, die in diese Welt gekommen sind, um uns zu helfen, sie in Ordnung zu bringen. Sie hatte diese enormen Leiden auf sich genommen, um die Schmerzen zu verstehen, die manche Frauen in der heutigen Welt erleben. Aber gerade jetzt in dieser Sitzung war es an der Zeit, dass sie ihre eigentliche Mission verstand. Jetzt, da ihre Vorgeschichte und ihr Lebenszweck klar waren, hatte sie die Möglichkeit, ein völlig anderes Leben zu beginnen und anderen zu helfen, besser zu werden.

Das wurde offenbar zu einem entscheidenden Wendepunkt in ihrem Leben. Nachdem sie diese Zusammenhänge erklärt hatte, sorgten ihre inneren Berater spontan dafür, dass ihre Nackenschmerzen verschwanden, ihre Wucherung verringert wurde und ihre Unterleibsschmerzen gelindert wurden. Als die Klientin aus der Sitzung kam, war sie überglücklich. Ihre Nacken- und Unterleibsschmerzen waren verschwunden, und ihr Wucherung hatte sich merklich verringert. Ich war dabei nach ihrer Sitzung, und die Frau bat mich sogar, dass ich die reduzierte Wucherung antastete.

Die Genesung setzte sich im Herbst fort, als ich zum ersten Mal per E-Mail mit ihr Kontakt aufnahm, und sie wurde ein Jahr später in einem zweiten E-Mail-Austausch bestätigt. Die Erfahrung hatte sie dazu gebracht, ein völlig neues, viel besseres Leben unter völlig neuen Umständen zu beginnen.

### **5.6.4. Eine interaktive Meditation abhalten**

Der Hauptunterschied bei Dolores Cannons Induktionen besteht darin, dass sie die Sitzungen über längere Zeiträume abhält. Sie dauern in der Regel mehr als zwei Stunden, oft sogar bis zu vier Stunden. Oberflächlich betrachtet handelt es sich um ganz normale Meditationen, bei denen die Klienten bedeutungsvolle Erfahrungen visualisieren, die sich für sie "richtig" anfühlen. Es sind spontan geführte Meditationen, ganz im Gegensatz zu den gezielten oder ausgeblendeten Meditationen, die man in der Zen-Praxis machen würde.

Die Moderatoren bitten ihre Klienten einfach, ihre Erfahrungen so detailliert wie möglich zu beschreiben, damit alles aufgenommen werden kann und die vielfältigen Fragen der Klienten beantwortet werden können. Die Moderatoren sammeln so viele relevante Details wie möglich und führen die Klienten behutsam zu aussagekräftigeren Antworten.

Was als normale, frei fließende Meditation beginnt, endet oft in einer sehr tiefen spirituellen Erfahrung, d.h. in einer Begegnung mit dem Höheren Selbst. Die Klienten sind spontan in diese Begegnungen eingetreten und beginnen plötzlich mit einer anderen Stimme zu sprechen. Die Haltung, die Perspektive, die Stimme und sogar das Geschlecht der Stimme ändern sich oft tiefgreifend. Anstelle der normalen Stimme des Klienten kann man eine aussergewöhnlich kompetente Person hören, die sachlich über die Erfahrungen des Klienten in früheren Leben spricht und das aktuelle Leben des Klienten in eine viel grössere Perspektive stellt.

Ein Hinweis darauf taucht regelmässig auf: Klienten beziehen sich oft auf sich selbst in der

dritten Person ("er/sie hat dies oder das getan"). Auch auf direkte Nachfrage geben Klienten gerne an, dass es sich nicht um die bewusste Meinung des Klienten handelt, sondern um die Meinung ihres "Unterbewusstseins", ihres "Höheren Selbst" oder manchmal auch eines "höheren Wesens".

Wenn die Klienten aus der Sitzung kommen, haben sie im Allgemeinen das Zeitgefühl verloren. Es ist mehr Zeit verstrichen, als sie denken. Viele Klienten haben keine Ahnung, was die innere Stimme während der Sitzung gesagt hat. Einige andere haben die Kommentare der inneren Stimme in einer Art Halbdunkel verfolgt. Wieder andere Klienten nehmen die inneren Kommentare ganz bewusst wahr. Das Anhören der Aufnahme nach der Sitzung bringt in der Regel viele weitere Erkenntnisse.

### ***Aus der aufgestiegenen Perspektive***

Interaktive Meditationen bieten interessante Einsichten und Erfahrungen. Klienten erleben oft, dass ihnen nahestehende Personen aus ihrem jetzigen Leben (Eltern, Kinder, Ehepartner, enge Freunde) als Seelenwesen aus früheren Leben erscheinen. Interaktive Meditationen legen oft nahe, dass unerledigte Angelegenheiten aus einem früheren Leben gelöst werden sollten. Verletzungen, medizinische Schwierigkeiten und berufliche Handicaps können nicht selten mit Ereignissen aus einem früheren Leben in Verbindung gebracht werden. Und schliesslich führen solche Offenbarungen oft zu einer Erleichterung von aktuellen körperlichen Beschwerden.

Um diese Überlegungen abzuschliessen, sind zwei konzeptionelle Schritte erforderlich.

Zunächst müssen wir uns eingestehen, dass unser gegenwärtiges Leben seit der Geburt ein völlig neues Leben ist, das unserer reinkarnierten Seele angeboten wird, und dass es überhaupt nichts mit unseren früheren Leben zu tun hat. Das spirituelle Leben, das bereits in uns ist, mit all seiner schöpferischen Kraft, gewährt uns die Freiheit, eine völlig neue Lebensperspektive zu entwickeln, eine Perspektive der Freude, der Ehrlichkeit und der persönlichen Selbstbestätigung. So können wir uns von den Fesseln alter und überholter Handicaps befreien und das Leben mit völlig neuen Augen sehen.

Dann kommt ein zweiter Schritt. Durch unsere Erholung können wir uns auch eingestehen, dass wir die Macht haben, uns selbst zu heilen, und zwar so viel und so schnell, wie es die realen und physischen Umstände zulassen. Unser inneres Selbst weiss, wie wir jeden Teil unseres Körpers regenerieren können, und es kann uns sowohl sagen, was zu tun ist, als auch uns bei der Arbeit helfen. Manchmal kann eine solche "Spontanheilung" schnell vonstatten gehen, manchmal kann sie etwas länger dauern, je nach unserem psychischen und physischen Zustand. Aber wenn der Wille vorhanden ist und der Körper noch über genügend regenerative biologische Ressourcen verfügt, sind erstaunliche Genesungen möglich.

[Verifizierung: "Melkiades, sind Sie mit dem Text in seiner jetzigen Form einverstanden?" Antwort: "Ja." "Kann ich ihn als nächstes Kapitel ins Internet stellen?" Antwort: "Völlig einverstanden"].

## 5.7. Telepathie

Im Zentrum Ihres 5D-Lebens, tief in Ihrem Inneren, befindet sich Ihr "Sweet Spot" (sanfte Stelle). Dies ist Ihr Punkt der telepathischen Verbundenheit.

Wenn Sie dieser Einführung gefolgt sind und beim Lesen jedes neuen Kapitels gehüpft, gesprungen und sich amüsiert haben, werden Sie genau wissen, was ich meine. Am Schnittpunkt all Ihrer Beziehungen gibt es einen Ort, an dem Sie sich im Zentrum Ihres "persönlichen Schwarms", Ihres gesamten sozialen Netzwerks befinden. Hier sind Sie geistig und spirituell zu Hause, und hier laufen alle Ihre sozialen Verbindungen zusammen.

Dies ist auch der Punkt, an dem Sie mit dem Rest der Welt verbunden sind. Dieser Punkt strahlt von Ihnen aus auf Ihren Partner, Ihre Familie, Ihre Freunde und auf alle anderen, die Ihnen wichtig sind. Wenn Sie sich an diesem "Punkt" spüren, fühlen Sie sich auf natürliche Weise mit all Ihren Lieben um Sie herum verbunden. Dieses Zentrum der telepathischen Verbundenheit schafft ein natürliches emotionales Zentrum für Ihre spirituelle Existenz.

Wahrscheinlich bildet es auch die Grundlage der menschlichen Telepathie.

### **Verbinden**

Die Verbindung der Telepathie mit dem Zentrum Ihres "Schwarms" mag auf den ersten Blick überraschend erscheinen. In der spirituellen Literatur lesen wir, dass Propheten, Channeler, Heilige usw. telepathische Botschaften in ihrem Kopf hören, die offensichtlich von aussen her kommen, weil niemand in ihrer Nähe spricht. Die meisten von uns haben diese Ereignisse als eine Art "Telefonanrufe aus dem Jenseits" interpretiert, was darauf hindeutet, dass eine Funkantenne Botschaften in den Kopf des Empfängers strahlt.

Nach allem, was ich weiss, ist das nicht wirklich der zentrale Aspekt der Telepathie.

So wie ich die derzeitigen Erkenntnisse verstehe, funktioniert die menschliche Telepathie über unseren tiefen, zentralen Kern oder über unser "inneres Selbst". Denken Sie an die vielen Möglichkeiten, die wir bereits entdeckt haben, wie wir funktionieren. Unser unterbewusstes inneres Selbst, das wir unser Höheres Selbst nennen, ist ein aktiver Agent, der ständig interdimensionale Informationen sammelt, insbesondere von unseren engen Freunden. Dabei belästigt Er/Sie uns nicht mit "all dem Lärm" um uns herum. Aber wenn die Informationen dringend sind oder wenn Sie aktiv darum bitten, lässt unser Höheres Selbst Sie die nonverbalen oder verbalen Botschaften wahrnehmen, die es gesammelt hat und die für Sie relevant sind.

Die "Telepathie" ist also eine Erweiterung Ihres Selbst. Wenn du deine Fähigkeit entwickelst, bewusst zu hören und telepathisch zu sprechen, ist diese Fähigkeit die Übertragung deines Ausdrucks auf die bewusste Ebene. Wenn Sie genügend Übung haben, können Sie lernen, Ihre eigenen Gedanken verbal auszudrücken und über Ihre bewussten Kanäle zu kommunizieren.

Dieser interdimensionale Verbindungspunkt bildet einen zentralen Teil eurer spirituellen Existenz. Nach dem, was ich aus verschiedenen Quellen erfahren habe, werden wir in den kommenden Jahren und Jahrzehnten zunehmend lernen, mit dem Rest der Welt über diese Brennpunkte der Telepathie zu kommunizieren.

## **Genauigkeit der Telepathie**

Merriam-Webster definiert Telepathie als "Kommunikation von einem Geist zu einem anderen durch aussersinnliche Mittel" (übersetzt). Wenn Sie also ein Pendel nehmen, es schwingen und herausfinden, wie es einem guten Freund geht, kommunizieren Sie bereits telepathisch mit Ihrem Freund, da Sie Ihre Informationen durch übersinnliche Mittel erhalten. Alle Formen der interdimensionalen Kommunikation nutzen in bestimmten Momenten die Telepathie.

Ist Telepathie genau? Ja, sie ist genauso genau wie alle anderen interdimensionalen Hilfsmittel, vor allem zwischen Menschen, die sich gut kennen, insbesondere in dringenden Fällen. Systematische Studien (siehe unten) haben gezeigt, dass man mit einer Genauigkeit von über 50% erraten kann, welcher von vier Freunden auf einem Festnetztelefon ohne Anrufer-ID anruft.

Dies sind relativ neue Ergebnisse der Telepathie, und viele Psychologen wissen noch nichts von diesen hervorragenden Erkennungsraten. Aber viele Fachleute kennen die umfangreichen parapsychologischen Tests, die seit mehr als 80 Jahren zeigen, dass die meisten von uns bis zu einem gewissen Grad telepathisch sind. Wenn Sie zum Beispiel versuchen zu erraten, welche Karte eine Person hinter einer Wand anschaut, liegt die Wahrscheinlichkeit, dass Sie richtig liegen, leicht über der Wahrscheinlichkeit. Bei genügend solchen Tests sind diese Unterschiede statistisch signifikant.

Diejenigen, die nicht als telepathisch gelten wollen, zeigen seltsamerweise statistisch signifikante Ergebnisse unterhalb der Wahrscheinlichkeit. Mit anderen Worten, ihre Ergebnisse unterscheiden sich immer noch statistisch von den Zufallsergebnissen, aber im umgekehrten Sinne von denen, die die Idee der Telepathie akzeptieren. Wir wissen also, dass jeder Versuch, Telepathie zu nutzen, trotz der massiven Leugnung durch grosse Gruppen von Menschen, einige entscheidende Auswirkungen hat.

### **5.7.1. Über die etablierten Ergebnisse hinaus**

Diese bekannten Ergebnisse stammen aus Tausenden von (ziemlich langweiligen) Kartenspieltests, die in den 1930er, 1940er und 1950er Jahren im Rahmen der Experimente von J.B. Rhine an der Duke University durchgeführt wurden. In den 1950er und 1960er Jahren wurden einige statistische Aspekte überprüft und einige grosse Metastudien durchgeführt. Letztendlich stützten jedoch alle diese Studien die ursprünglichen Ergebnisse.

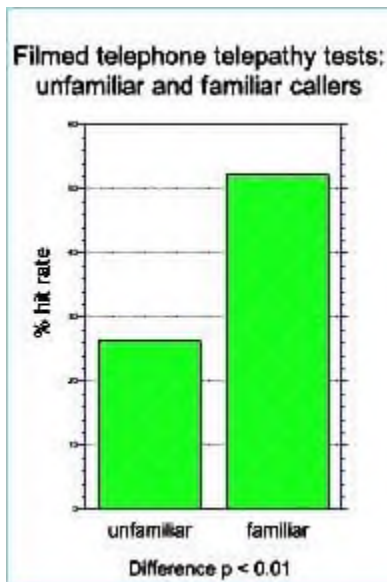
Während talentierte, hoch motivierte und gut ausgebildete Personen einige aussergewöhnliche Ergebnisse erzielten, lag die durchschnittliche Telepathie-Erwartung sehr nahe am Zufallswert, und es wurde nie nachgewiesen, dass jemand immer zu 100% richtig lag. Lange Zeit ging man davon aus, dass die leicht über dem Zufallswert liegenden Ergebnisse dieser Studien dem Niveau der Telepathie entsprechen, das für durchschnittliche Menschen möglich ist<sup>1</sup>.

Diese Tests wurden jedoch mit Menschen durchgeführt, die sich nicht kannten.

Wenn man Tests mit Menschen durchführt, die sich gut kennen und die auch das Gefühl haben, telepathisch mit anderen verbunden zu sein, können die Ergebnisse viel beeindruckender sein.

---

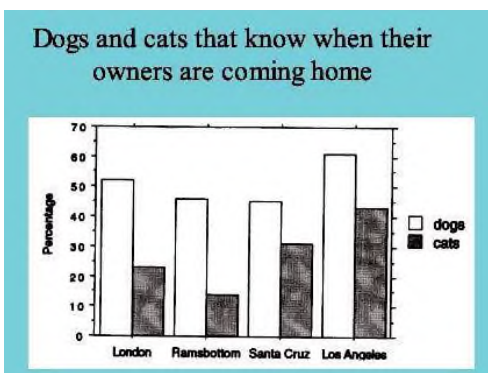
1 Beginnen Sie mit der Überprüfung auf [http://archived.parapsych.org/members/jb\\_rhine.html](http://archived.parapsych.org/members/jb_rhine.html)



Links sehen Sie die Ergebnisse eines von Rupert Sheldrakes Telefon-Telepathie-Tests, der von Personen durchgeführt wurde, die den Angerufenen entweder nicht kennen oder mit ihm vertraut sind. Das Spiel bestand darin, zu erraten, wer die Person war, die über einen Festnetzanschluss ohne Anrufer-ID anrief. Alle Versuchspersonen wurden gefilmt, um sicherzustellen, dass sie nicht schummeln konnten (mit Handys, Computern usw.). Wie bei den Rhine-Experimenten lag die Ratequote bei unbekanntem Anrufern mit 25% nur knapp über dem Zufall, bei bekannten Anrufern lag sie jedoch bei über 50% – weit über dem Signifikanzniveau<sup>2</sup>.

Eine gute Möglichkeit, diese Art von Test zu verstehen, ist die Betrachtung eines Fernsehvideos, das mit den vier Mitgliedern der Musikgruppe Nolan Sisters gemacht wurde. Eine Musikgruppe muss eine innere Kohärenz aufweisen, um als Gruppe erfolgreich zu sein, und tatsächlich schnitt die Band beim Telefontelepathie-Test sehr gut ab<sup>3</sup>.

## Hunde und Katzen, die wissen, wann ihre Besitzer nach Hause kommen



Das ist ziemlich revolutionär, und die Ergebnisse von Rupert Sheldrake haben in der materialistischen Wissenschaftsgemeinde für grosse Aufregung gesorgt. Diese Art von Ergebnis geht der herrschenden Meinung direkt zuwider. Wie könnte man diese mächtige Form menschlicher Verbundenheit verstehen, und warum sollte der Mensch eine solche Fähigkeit besitzen?

Um eine erste Antwort auf diese Frage zu finden, wenden wir uns einer anderen erfolgreichen Versuchsreihe von Rupert Sheldrake zu: der Tiertelepathie. Tiere können uns mit grosser Zuverlässigkeit einige zugrundeliegende Mechanismen psychologischen Funktionierens zeigen, die bei Menschen schwieriger nachzuweisen sind.



Viele Menschen, die Hunde und Katzen haben, haben festgestellt, dass ihre Tiere zu wissen scheinen, wann ihre Besitzer nach Hause kommen. Links oben sehen Sie eine Umfrage unter Hundebesitzern in zwei Städten im Vereinigten Königreich und zwei in Kalifornien (aus dem Video in Fussnote 21). Etwa die Hälfte der Hunde und zwischen 15% und 42% der Katzen zeigen ein solches Verhalten.

In der Regel wird dies einfach darauf zurückgeführt, dass die Tiere charakteristische Schritte oder die typischen Motor- und Reifengeräusche auf dem Schotter draussen hören.

2 Illustration von YouTube "Rupert Sheldrake the Evolution of Telepathy" <https://youtu.be/2MOzISF0a8M>. Perrott-Warrick Lecture von Dr. Rupert Sheldrake (9. Februar 2011). Für eine Mischung aus 1000 bekannten und unbekanntem Anrufern gibt Sheldrake in dem in der nächsten Fussnote angegebenen Video 42% richtige Identifizierungen an.

3 "Telephone Telepathy with the Nolan Sisters and Rupert Sheldrake" <https://www.youtube.com/watch?v=tQe7NXIcnw>

Ganz so einfach ist der Fall jedoch nicht, denn tatsächlich erwarten Hunde und Katzen ihre Herrchen und Frauchen schon lange, bevor diese vor der Tür stehen.

In einer detaillierten Studie mit etwa 800 Hunden und 500 Katzen hat Sheldrake das Verhalten von Hunden und Katzen auf Video aufgezeichnet, die ihre Besitzer erwarten, wenn sie nach Hause kommen. Eine Illustration ist oben zu sehen. Der Hund Jaytee ging schon eine ganze Stunde oder länger zum Fenster, bevor sein Besitzer tatsächlich zu Hause auftauchte. Sheldrake sagt, dass Tiere in der Regel in dem Moment mit ihrem Erwartungsverhalten beginnen, in dem ihre Besitzer beschliessen, nach Hause zu gehen, unabhängig davon, wo sie sich befinden und welches Transportmittel sie wählen.

Nebenbei bemerkt sagt Sheldrake, dass Tiere durch andere Tiere in der Nachbarschaft von ihrem Erwartungsverhalten abgelenkt werden – was eine andere Art ist zu sagen, dass "gelangweilte Tiere, die nichts anderes zu tun haben, Anzeichen dafür zeigen, dass sie darauf warten, dass ihre Besitzer nach Hause kommen". Diese Beobachtung könnte die hohen Werte für Hunde und Katzen in Los Angeles erklären, wo wahrscheinlich ein hoher Prozentsatz der Tiere während der Abwesenheit ihrer Besitzer im Haus eingesperrt war.

### **5.7.2. Das universelle Telepathienetz**

Wir haben also Hunde und Katzen, die zu wissen scheinen, wann ihre Besitzer nach Hause zurückkehren, und bei denen die Entfernung oder die Art der Fortbewegung keinen Einfluss auf die Ergebnisse hat. Wir haben auch erhebliche Beweise für telepathisches Wissen bei vertrauten Telefonanrufern. Sheldrake zufolge sind ähnliche Ergebnisse in grossem Massstab für SMS- und E-Mail-Nachrichten in Arbeit. Wir können auch über die Katzen lachen, die im Voraus wissen, wann ihre Besitzer sie zum Tierarzt bringen wollen, und die gerade noch rechtzeitig vor dem Termin verschwinden, oder über einen New Yorker Papagei, der seine Besitzerin mit lauten Kommentaren zu ihren Träumen aufweckt<sup>4</sup>.

All diese Ergebnisse zeigen, dass Telepathie sehr wahrscheinlich bei Hunden, Katzen, Vögeln und Menschen existiert. Dies bedeutet, dass es ein riesiges universelles Telepathienetz geben muss, das Menschen, Hunde, Katzen und Vögel irgendwie miteinander verbindet. Wenn Hunde sich langweilen, zapfen sie dieses Netz an, um herauszufinden, ob ihr Herrchen oder Frauchen schon den Autoschlüssel abgeholt hat, um die Heimreise anzutreten. Und wenn dies der Fall ist, gehen sie zum Fenster oder zur Tür und warten, bis ihr Herrchen nach Hause kommt.

Ein faszinierender Aspekt dieses Netzes ist, dass Entfernung oder Zeit offenbar keine Rolle spielen. Weder bei den Experimenten von J.B. Rhine noch bei den Experimenten von Sheldrake wurde jemals eine Auswirkung der Entfernung oder der Zeit für die Nachrichtenübertragung dokumentiert. Das Telepathienetz funktioniert offenbar überall und in paralleler Zeit. Es ist ein "Instant-Share-Netz".

Aber warum ist dieses Netz so "schwach" in dem Sinne, dass wir nicht beschliessen können, jemanden zu einem "Chat" anzurufen, indem wir uns nach Belieben in dieses Kommunikationsnetz einwählen?

Möglicherweise ist es so gewollt. Die Erfahrungen einiger LSD-Konsumenten können dies für uns beschreiben.

---

4 "Rupert Sheldrake - Der erweiterte Geist - Telepathie" (3 Teile):  
<https://www.youtube.com/watch?v=Yo0gyXZQv0o>,  
[https://www.youtube.com/watch?v=\\_0V6KBzIhu4](https://www.youtube.com/watch?v=_0V6KBzIhu4),  
<https://www.youtube.com/watch?v=hYkoQ9WnwAM>

## **Telepathie unter LSD**

Es scheint, dass LSD in bestimmten Fällen die Telepathie zwischen zwei Drogenexperimentatoren verbessert hat, so dass sie über lange Zeiträume hinweg in telepathischem Kontakt standen. Diese Erfahrungen zeigten auch die Unannehmlichkeiten einer unkontrollierten telepathischen Kommunikation.

Ich halte kurz inne, um zu sagen, dass ich nicht zum unkontrollierten Experimentieren mit LSD oder anderen psychogenen Drogen ermutigen möchte. Ich sage dies nicht aus Sorge, dass einige geschäftstüchtige Juristen diese Zeilen lesen könnten. LSD, wie es derzeit auf dem illegalen Markt erhältlich ist, kann verunreinigt sein und ernsthafte Gesundheitsgefahren bergen. Ausserdem ist es wirklich nicht lustig, in ein Krankenhaus zu gehen, um sich den Magen auspumpen zu lassen – oder noch schlimmer, wie ein Alzheimer-Patient im Endstadium zu enden. Diese Ereignisse sind schon vorgekommen.

Ausserdem bieten LSD-Trips eine sehr selektive und manchmal verzerrte Sicht auf die Welt. Wenn Sie nicht von einem erfahrenen Fachmann angeleitet werden, können Sie in Ihrem Verständnis der eigenen Psychologie und Spiritualität auf tragische Weise desorientiert werden. Dies kann dazu führen, dass Sie in Bezug auf Ihre eigene persönliche Entwicklung jahrelang auf dem Holzweg sind.

Ja, wir sollten uns erlauben, mit unserem schöpferischen Geist zu experimentieren, aber immer so, dass wir die volle Kontrolle haben und das empfindliche Nervenleben, das unseren fabelhaften menschlichen Geist ausmacht, nicht gefährden. Ein viel sichereres Experimentieren mit geistigen Zuständen ist mit sorgfältig kontrollierter transkranieller Magnetstimulation möglich, die völlig legal ist<sup>5</sup>.

Kommen wir nun zu den Beweisen zurück. Auf YouTube haben einige junge Leute starke telepathische Gespräche mit Freunden während ihrer LSD-Erfahrungen beschrieben<sup>6</sup>. Sie wussten definitiv, dass sie sich in ständiger interaktiver Kommunikation auf telepathischem Wege befanden.

Ein grosses Problem war, dass sie "den Hörer nicht auflegen konnten" und dass die telepathische Kommunikation ihre normalen Unterhaltungen störte. Sie wurden sehr verwirrt, wenn jemand zu sprechen begann, weil die beiden Kommunikationslinien miteinander in Konflikt gerieten. Innerlich kommunizierten sie immer noch mit ihren Freunden per Telepathie, während sie äusserlich an einem gesprochenen Gespräch teilnehmen wollten. Dieses Kontrollproblem hängt mit der Tatsache zusammen, dass es unter LSD oft schwierig oder unmöglich ist, einen bestimmten Wahrnehmungsfluss abzuschalten. Die Versuchspersonen sind auf einen bestimmten Wahrnehmungsfokus fixiert und können ihre Aufmerksamkeit nicht ablenken.

Für uns deutet das auch darauf hin, dass unsere derzeitige telepathische Kapazität begrenzt ist, weil wir noch nicht gelernt haben, den telepathischen Fluss nach Belieben ein- und auszuschalten. Wenn wir das erst einmal gelernt haben, kann sich unsere Erforschung des telepathischen interdimensionalen Internets noch um einiges erweitern.

### **5.7.3. Schwarmverhalten als spirituelle Dimension**

Bei entsprechender Kommunikationsfähigkeit und Vermittlung wäre eine verstärkte und

5 E.g. der "God helmet", <https://www.god-helmet.com/wp/god-helmet/index.htm>.

6 Z.B. YouTube "Telepathy During an MDMA and LSD Trip". Nicht mehr verfügbar. Telepathische Erfahrungen mit klarer Kommunikation von zuvor unbekanntem Informationen wurden auch mit reinem LSD in offiziell sanktionierten Labortests gesammelt, die in den 1960er und 1970er Jahren mit Krebspatienten im Endstadium am Maryland Psychiatric Research Center durchgeführt wurden, siehe Grof, Stanislav (2006). *The Ultimate Journey: Consciousness and the Mystery of Death*. Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies.

freiwillige Nutzung der Telepathie durch den Menschen recht interessant. Was wären die Folgen einer solchen verstärkten Nutzung der Telepathie?

Es ist wahrscheinlich, dass eine weit verbreitete Telepathie tief in die zwischenmenschlichen Beziehungen hineinreichen würde. Wenn man sich beispielsweise intuitiv bewusst wird, was der Nachbar denken und fühlen kann – d.h. unter aufgestiegenen Mitgliedern – wird es viel leichter sein, innerhalb einer bestimmten Gruppe ein "Schwarmverhalten" zu entwickeln.

Schwärme können bei Vögeln und Fischen zu bestimmten Zeiten des Jahres beobachtet werden, z.B. wenn grosse Gruppen in zusammenhängenden Gruppen fliegen oder schwimmen. Lange Zeit wurde dieses Verhalten als eine Form des Kopierens des Verhaltens des Nachbarn erklärt, aber die Erklärung des Kopierens von Katzen ist nicht haltbar. Sheldrake zufolge haben Berechnungen ergeben, dass es viel zu lange dauern würde, um Impulse von Vogel zu Vogel über das visuelle und neuronale System durch den gesamten Schwarm zu leiten.

Eine vielversprechende Erklärung könnte sich auf Quantenzustände in der tierischen Telepathie stützen. Wenn die Vögel einem sich entwickelnden Masterplan folgen, der in einem telepathischen System mit sofortigem Austausch geteilt wird, könnte das Timing des koordinierten Schwarmverhaltens viel einfacher erklärt werden. Bei dieser Formulierung handelt es sich also um die Hypothese der "Quantentelepathie".

Zwei Faktoren begünstigen diese Hypothese: erstens, dass die Entfernung für die Qualität der Übertragung keine Rolle spielt. Zweitens ähnelt der Grad der grösseren Vertrautheit zwischen den Schwarmmitgliedern dem Verhalten von Elektronen in einem verschränkten Zustand. In der Quantenphysik bleiben verschränkte Elektronenteilchen miteinander verbunden, so dass sich Aktionen, die an einem Teilchen vorgenommen werden, auf das andere auswirken, auch wenn sie durch grosse Entfernungen voneinander getrennt sind<sup>7</sup>. In ähnlicher Weise könnte man annehmen, dass sich bestimmte Quantenzustände innerhalb eines Schwarms stärker ausbreiten würden als ausserhalb des Schwarms.

Auch das Schwarmverhalten von Tieren weist Parallelen zum kooperativen Verhalten von Menschen auf, von dem wir wissen, dass es in spirituellen Dimensionen begünstigt wird. Wenn wir die Erkenntnisse über tierische und menschliche Telepathie berücksichtigen, wird eine Verbindung zwischen kooperativem und Schwarmverhalten offensichtlich. In Zeiten, in denen es im Interesse der meisten Mitglieder einer stark kooperativen Gruppe liegt, könnte ein "Schwarmverhalten" entstehen, bei dem die Richtung kooperativ über ein Instant-Share-Telepathienetz bestimmt wird.

Langfristig könnten wir uns so zu einem neuen Gesellschaftsmodell entwickeln, in dem wir durch unsere unbewussten Kommunikationsverbindungen viel stärker miteinander verbunden sind.

### ***Ist Telepathie zwischen Menschen möglich?***

In einem Video, das im Juni 2013 veröffentlicht wurde, wurden recht gute Beweise für gemeinsame Intuitionen zwischen eineiigen Zwillingen gezeigt<sup>8</sup>. Gemeinsame Intuitionen sind ein guter Beweis, aber ein weiterer Schritt wäre wünschenswert: Telepathie als normaler universeller Ersatz für die menschliche Sprache.

---

<sup>7</sup> Quantenverschränkung ist ein physikalisches Phänomen, das auftritt, wenn ein Paar oder eine Gruppe von Teilchen erzeugt wird, miteinander interagieren oder sich in räumlicher Nähe befinden, so dass der Quantenzustand jedes Teilchens des Paares oder der Gruppe nicht unabhängig vom Zustand der anderen beschrieben werden kann, auch wenn die Teilchen durch eine grosse Entfernung getrennt sind. Wikipedia

<sup>8</sup> "Naked Science – Telepathy", <https://www.youtube.com/watch?v=AdmyUEVLRAM>

Seit 2013 wurde auch eine ganze Reihe von "inoffiziellen Aussagen von Whistleblowern" über die Verwendung von Telepathie bei der Kommunikation mit Ausserirdischen bekannt. Konkrete Grammatiken oder Wörterbücher der Telepathie sind im Entstehen begriffen<sup>9</sup>. Auch eine geführte Telepathieübung zur Herstellung einer engen Beziehung zwischen Ihnen und einer besonderen Person finden Sie hier<sup>10</sup>.

Bedenken Sie jedoch die möglichen Auswirkungen einer Ausbreitung des Schwarmverhaltens.

Wenn immer mehr aufgestiegene Menschen ihre telepathischen Fähigkeiten zum Aufnehmen der Gedanken anderer effektiv entwickeln, könnten sich einige grosse Veränderungen ergeben.

Wir würden immer klarer wissen, welche Untaten links und rechts begangen werden, was sehr wichtige Auswirkungen auf die Funktionsweise von Polizei, Justiz und Politik hätte. Die Entwicklung grösserer telepathischer Fähigkeiten würde aber auch einige wichtige Fragen zum Schutz der Privatsphäre und der Menschenrechte aufwerfen.

Wie wir gesehen haben, ist die telepathische Kommunikation nur dann nützlich, wenn sie freiwillig ein- und ausgeschaltet werden kann. Es bleibt abzuwarten, ob und inwieweit Kriminelle ihre Untaten verbergen können, und ob Individuen in der Lage sein werden, ihre legitime Intimität zu bewahren, wenn dies unter den Bedingungen der zunehmenden telepathischen Fähigkeiten in der Bevölkerung angemessen ist.

Die Menschheit steht vielleicht kurz davor, ganz neue Fragen des Sozialverhaltens und der Privatsphäre aufzuwerfen, wenn wir in eine Welt vordringen, in der telepathische Funktionen zu einem Teil unseres täglichen Lebens werden können.

[Verifizierung: "Melkiades, stimmen Sie dem zu, was hier geschrieben steht?" "Starke Zustimmung." "Kann ich es auf die Website stellen?" "Starke Zustimmung"].

---

9 Eine aufschlussreiche Fibel zur Telepathie finden Sie hier: <https://www.officialfirstcontact.com/wp-content/uploads/2019/05/Telepathy-101-Primer-English.pdf>, zur Verfügung gestellt auf [officialfirstcontact.com](http://officialfirstcontact.com).

10 "Guided Telepathy Make Your Special Person Think of You", <https://youtu.be/gjRujTCdDeo>

## 6.1.0. Geistiges Heilen

Der menschliche Körper ist hochkomplex, und seine Funktionen können aus verschiedenen Gründen aus dem Gleichgewicht geraten. Geistiges Heilen zielt darauf ab, viele Ursachen dieser Probleme zu überwinden.

Geistiges Heilen ist und sollte Teil eines vollständigen (ganzheitlichen) Heilungsansatzes sein.

Sie kann und sollte mit der physischen und psychologischen Heilung integriert werden. Alle drei Ansätze, der körperliche, der psychologische und der spirituelle, sollten sich gegenseitig unterstützen.

Wie eine gut gewählte medizinische oder psychotherapeutische Therapie kann spirituelle Heilung uns helfen, zu einem gut funktionierenden und ausgeglichenen Körper und Geist zurückzukehren, so dass der Körper ohne spürbare Probleme funktionieren kann. Je mehr man sein Funktionieren und Wohlbefinden verbessert, desto besser kann man seine Ziele verwirklichen und mehr Lebensfreude aufbauen.

In der westlichen Gesellschaft ist die Akzeptanz des spirituellen Heilens noch gering. In der östlichen Welt haben spirituelle Ansätze eine lange Geschichte und sind in der Bevölkerung gut akzeptiert. Viele ihrer Aspekte werden weitgehend in medizinische und psychotherapeutische Behandlungen integriert. Das ganzheitliche Zusammenspiel zwischen spirituellen, psychologischen und medizinischen Konzepten ist im Osten weit weniger konfliktreich als im Westen.

Mit unserem Aufstieg in die 5. Dimension ist für viele von uns im Westen die Zeit gekommen sich zu öffnen, und die Möglichkeiten der spirituellen Heilung in Betracht zu ziehen. Dieser Ansatz kann Perspektiven eröffnen, die in den traditionellen medizinischen oder psychologischen Ansätzen nicht oder nur teilweise vorhanden sind.

### ***Ein konkretes Beispiel***

Wir lernen am besten von Beispielen, und dafür können die Autoren nichts Besseres tun, als ihre eigene persönliche Geschichte zu nehmen. Schauen wir uns also an, wie geistiges Heilen bei mir funktioniert hat.



*Bild:* <http://robcares.com>

Etwa 2004 hatte ich das, was man gemeinhin als einen "Burn-out"<sup>1</sup> bezeichnet. Nach 30 Jahren ununterbrochener intensiver Arbeit an verschiedenen Universitäten in verschiedenen Ländern, getrieben von überzogenen persönlichen Ambitionen und behindert durch unzureichende soziale Kompetenzen, stiess ich in meinem beruflichen Umfeld auf zunehmenden Widerstand. Im Laufe der Jahre wurde der Druck immer stärker, und meine geistige und körperliche Substanz wurde zermahlen. Schliesslich

<sup>1</sup> Wikipedia: "Burnout ist ein psychologischer Begriff, der sich auf langfristige Erschöpfung und vermindertes Interesse an der Arbeit bezieht. Untersuchungen zeigen, dass Allgemeinmediziner den höchsten Anteil an Burnout-Fällen haben; laut einer kürzlich in Psychological Reports veröffentlichten niederländischen Studie wiesen nicht weniger als 40% von ihnen ein hohes Mass an Burnout auf. ... Viele Burnout-Theorien beinhalten negative Ergebnisse ..., einschliesslich Messungen der Arbeitsfunktion (Leistung, Output usw.), gesundheitsbezogene Ergebnisse (Anstieg der Stresshormone, koronare Herzkrankheit, Kreislaufprobleme) und psychische Gesundheitsprobleme wie Depression."

wurden die Dinge unüberschaubar, ich wurde arbeitsunfähig – und alles kam zum Stillstand.

Ich musste mir einen Monat Auszeit nehmen – aber das reichte nicht. Ich hatte mich kaum erholt. Ein Jahr später, mitten in einer ehelichen Trennung, bemerkte ich eines Morgens, dass ich die rechte Hälfte meines Gesichtsfeldes verloren hatte. Ich sah nur die linke Hälfte meines Blickfelds. Mein Körper gab buchstäblich auf. Ich wurde ins Krankenhaus eingeliefert und gründlich untersucht. Gott sei Dank dauerte der Zustand nur vier Stunden und klärte sich dann wieder auf. Es wurden keine grösseren körperlichen Funktionsstörungen festgestellt, und ich wurde einige Tage später entlassen.

Gleichzeitig war ich mit meinen Kräften am Ende. Ich wusste, dass ich schon zwei Warnschüsse bekommen hatte, und ich war nicht scharf auf einen dritten. Meine Krankengeschichte deutete auf einen möglichen Schlaganfall hin. Ich hielt noch vier Jahre durch, reduzierte mein Pensum so weit wie möglich und ging dann 2008 in den Vorruhestand. Ich zog einen klaren Schlusstrich, liess alle Arbeit sausen und nahm einen ausgedehnten Urlaub.

Kurz gesagt, ich habe gerade noch rechtzeitig reagiert und bin nur knapp an einer ernsteren Erkrankung vorbeigeschrammt. Das Burn-out war vor allem psychisch bedingt (Unfähigkeit, mit Stress umzugehen, Motivationsverlust usw.), aber es ging mit einer totalen körperlichen Erschöpfung einher. Ausserdem standen weitere Probleme im Raum. Der Verlust des Gesichtsfelds hätte sich zu einem grösseren neurologischen Schaden ausweiten können, und es hätte zu einem Herzstillstand kommen können – oder Schlimmeres.

## ***Langsame Genesung***

Es dauerte lange, bis ich das Burn-out überwunden hatte. Zwei Jahre lang schlief ich etwa 16 Stunden am Tag. Alle 24 Stunden hatte ich zwei kurze Wachphasen, die jeweils etwa vier Stunden dauerten. Dazwischen machte ich ausgedehnte Siestas. Nach zehn Jahren kam ich langsam aus einem schweren Nebel anhaltender Müdigkeit heraus.

Das Burn-out war katastrophal für das, was ich erreichen konnte. In den 30 Jahren meines Lebens als Universitätsprofessor hatte ich fünf Fachbücher und mehr als 100 wissenschaftliche Artikel<sup>2</sup> geschrieben und/oder mitverfasst. Aber in diesen zehn Jahren nach dem Burnout habe ich nicht viel mehr als eine erste, skizzenhafte Version dieses "*Leitfadens für den Aufstieg*" zustande gebracht. Ich habe eine Reihe von Projekten begonnen und sie alle wieder aufgegeben. Ich habe zum Beispiel versucht, das Klavierspielen von Grund auf zu erlernen, aber ich war weder in der Lage, mich über längere Zeit zu konzentrieren, noch regelmässig zu üben, geschweige denn, mir das Gelernte zu merken.

Das Schreiben der ersten Version dieses "Leitfadens" war für mich harte Arbeit, viel härter als es vor dem Burn-out der Fall gewesen wäre. Ich hatte immer noch das Gefühl, dass ich den gleichen Verstand hatte wie vorher. Ich hatte keinen Gedächtnisverlust, ich dachte immer noch schnell, ich las viel, und meine Reaktionszeiten waren vergleichbar mit denen vor dem Burn-out. Aber was in diesen zehn Jahren verloren ging, war eine enorme Menge an Zeit, Klarheit und Freiheit von dieser "Vernebelung" und der Wille, ein komplettes Projekt abzuschliessen<sup>3</sup>.

Nun, da die Burn-out-Episode jetzt hinter mir liegt, komme ich mit meinen beiden aktuellen Projekten gut voran, nämlich erstens mit der aktualisierten und erweiterten Version dieses

---

<sup>2</sup> <https://www.permakultura.ch/cv/Kellercdoc.html>

<sup>3</sup> *Spirituelle Freunde* von mir haben mir sanft zu verstehen gegeben, dass ich die Zeit brauchte, "um die Frage des Aufstiegs wirklich zu durchdenken". Tatsächlich...

Aufstiegprojekts und zweitens mit meiner neuen Website für klassische Musik (<https://neoclassix.info>). Sie lesen gerade die fünfte, überarbeitete Auflage des Aufstiegprojekts.

Rückblickend kann ich Ihnen sagen, was ich in rund zehn Jahren Burn-out-Erholung gelernt habe.

## ***Die Heilung***

Was macht man mit einem Burn-out-Patienten?

Nach dem Krankenhausaufenthalt durchlief ich den üblichen medizinischen Prozess. Die Ärzte versuchten, mir verschiedene Arten von Antidepressiva zu verabreichen, aber ihre Medikamente verursachten bei mir ein grosses Unbehagen – Verlust des Sexualtriebs, tiefe innere Unzufriedenheit und unglaubliche, übermässige Schweissausbrüche. Nach ein paar Wochen warf ich alle Pillen in den Müll und ich habe es nie bereut.

Ich habe auch eine Psychotherapie gemacht. Die erste Therapeutin verstand überhaupt nicht, was ich durchmachte und war überhaupt keine Hilfe. Die zweite Therapeutin war besser. Wir kamen auf meine sozialen Fähigkeiten und meine übertriebenen beruflichen Ambitionen zu sprechen. Ich erkannte eine Reihe von Dingen, die ich vorher nicht gesehen hatte. Aber nach ein paar Monaten waren wir auch hier am Ende der Fahnenstange angelangt.

Von einer wirklichen Genesung war ich noch Jahre entfernt. An dieser Stelle kam die geistige Heilung ins Spiel. Ich begann, mit meinem inneren Selbst zu arbeiten. Zu diesem Zeitpunkt war mein Bewusstsein so weit gereift, dass ich eine direkte Verbindung zu meinem Höheren Selbst, Melkiades, herstellen konnte.

Ich benutzte das I Ging, ich meditierte mit Hemisync-Aufnahmen des Monroe-Instituts, ich hatte meine Fähigkeit entwickelt, mit dem Pendel zu arbeiten, und ich fügte schliesslich bewusste Träume hinzu. Ich habe oft stundenlang Fragen gestellt, über die Antworten nachgedacht und dann weiter gegraben. Die Antworten, die ich erhielt, waren zunächst nur annähernd, aber langsam wurden sie klarer, beständiger und eindeutiger.

Mein inneres Selbst begann, mir Lösungen anzubieten, wo die Ärzte und Psychotherapeuten aufgehört hatten. Oft waren diese Lösungen neu und überraschend, und sie führten mich schliesslich zu einer selbstgesteuerten Form der geistigen Heilung.

### ***6.1.1. Selbstgesteuertes geistiges Heilen***

Selbstgesteuertes spirituelles Heilen ist ein bisschen wie Psychotherapie, aber mit dem entscheidenden Unterschied, dass die Klienten ihre eigenen Lösungen in der Interaktion mit dem eigenen spirituellen Selbst finden. In echter aufgestiegener Manier lernen wir, unsere eigenen Fähigkeiten zur Selbstheilung zu entwickeln. Wir richten unsere eigenen Frage-und-Antwort-Sitzungen mit Hilfe der interdimensionalen Kommunikationsmittel ein. Wir sind nicht länger die Objekte (oder manchmal Versuchskaninchen) eines externen Praktikers. Wir wenden uns direkt an die Quelle, die wir selbst sind.

In der Psychotherapie ist ein externer Therapeut die Hauptinspirationsquelle, während bei der selbstgesteuerten spirituellen Heilung die Therapie aus uns selbst heraus entstehen muss. Wir machen einen Lernprozess durch. Wir öffnen uns für Anregungen aus unserem Inneren und konsultieren externe Quellen zur Überprüfung, oder für weitere Informationen. Schliesslich bestimmen wir die sinnvollste Richtung, die wir einschlagen.

## **Hören Sie auf die inneren Experten**

Wenn wir mit einem spirituellen Meister wie unserem Höheren Selbst zusammenarbeiten, mag ihr Ansatz zunächst oft esoterisch erscheinen. Ich hatte die Argumentation und die Vorgehensweise dieses Ansatzes zur Kenntnis genommen.

Zum Beispiel können Meister einem Patienten Heilenergie zuführen und gleichzeitig zu ihm sagen, dass sie ihn nicht wirklich "heilen". In der Regel sagen diese Meister, *dass sie Umstände schaffen, unter denen Heilung stattfinden könnte, so dass die Klienten ihre eigene Heilung durch ihren eigenen Zugang zu ihrer spirituellen Energie durchführen können.* Die Meister sagen oft, dass sie lediglich helfen, die Türen für einen spirituellen Heilungsprozess zu öffnen. Dann liegt es an den "höheren Energien" und an den Klienten selbst, die eigentliche Heilung durchzuführen.

Ich hörte zu und wandte diese Vorschläge auf mein Burn-out an. Ich wandte vier Ansätze an:

1. Ich bezahlte mir selbst eine einjährige spirituelle Heilbehandlung, die mich von einem **lebenslangen Atemproblem** befreite. Ich wurde dabei von einem „Geistheiler“ (spirituellen Heiler) betreut. Im Wesentlichen bestand es darin, mich auf das Problem zu konzentrieren und 10 Sekunden lang zu hyperventilieren, sobald ich voll konzentriert war. Das habe ich einmal pro Woche gemacht, und es hat stark zu meiner Genesung beigetragen. Als ich in der Lage war, viel leichter zu atmen, schlief ich besser und war tagsüber weniger erschöpft. Die Heilung einer lebenslangen Atemwegserkrankung war aus schulmedizinischer Sicht in der Tat "wundersam", weil keine Medikamente eingenommen wurden und weil ich das ganze Jahr über nur eine spirituelle Therapie durchgeführt habe. Diese Erfahrung bewies mir, dass geistiges Heilen tatsächlich ernsthafte Arbeit leisten kann.
2. Die spirituellen Fragen und Antworten liessen mich die Ursachen und emotionalen Grundlagen meines Burn-outs finden. Indem ich mein Höheres Selbst über alles befragte, was vor, während und nach dem Burn-out geschah, fand ich grosse Ungleichgewichte, die es zu bereinigen galt, wiederum mit Meditationsverfahren. Insbesondere bei meinen sozialen Fähigkeiten fand ich die **Ursprünge** meiner vergangenen Frustrationen, ich erkannte, **mit welchen Situationen ich unangemessen umgegangen war**, und ich erfuhr, was ich in meinem Leben ändern musste, um wieder gesund zu werden und um zukünftige Katastrophen zu vermeiden.
3. Durch meine spirituellen Fragen und Antworten stiess ich ausserdem auf ein unerwartetes inneres Problem, an das ich nie gedacht hatte: **allergische Reaktionen**. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich keine Ahnung von solchen Reaktionen. Aber Anfälle von Keuchen, Juckreiz und verschiedenen anderen Symptomen waren zu in einer Reihe von Fragen, die ich meinem Immunsystem mit Hilfe von Muskeltests stellte. Es stellte sich heraus, dass ich – kurioserweise – auf Karotten und alle Arten von Joghurt allergisch war, was verschwand, als ich diese Elemente aus meiner Ernährung strich. Heute, im Sommer 2023 und 5 Jahre später, sind solche Reaktionen jedoch nicht mehr aktiv und ich kann wieder alles essen.
4. Schliesslich wiesen mich die spirituellen Fragen und Antworten auf nicht-spirituelle Lösungen hin, die ich sonst nicht in Betracht gezogen hätte. So wurde ich zum Beispiel gegen meinen Willen dazu gebracht, meine **unausgewogene Ernährung** zu untersuchen und Lösungen dafür zu finden. Die Antworten meines höheren Selbst brachten mich auch auf einige unerwartete Videos, die mir zeigten, wie ich noch besser schlafen und meinem Immunsystem eine Chance geben kann, sich

noch mehr zu erholen. Spirituelle Fragen und Antworten sind nicht nur gut für die spirituelle Heilung, sondern vielleicht sogar noch wirksamer, um effektivere materialistische Lösungen zu finden.

Es war eine Kombination all dieser Elemente, die mich aus dem Schlamm gezogen hat. Ich spürte einen neuen Lebensfunken in mir, und ich war bereit, zu einigen "echten Projekten" zurückzukehren. Das Burn-out hat mich zehn Jahre meines Lebens gekostet, und vielleicht noch ein paar mehr. Das ist eine lange Zeit, aber ich habe wieder Hoffnung geschöpft, meine Sichtweise auf Heilung geändert und meinem Körper seinen rechtmässigen Platz zurückgegeben.

Jetzt ist es an der Zeit, mich mitzuteilen und dem Ganzen einen Sinn zu geben – und dabei zu einer wahren Lebensfreude zurückzukehren.

### **6.1.2. Geistiges Heilen verstehen**

Wenn geistiges Heilen all das kann, wie "funktioniert" es dann eigentlich?

Da wir aus dem traditionellen medizinischen und psychotherapeutischen Modell kommen, wünschen wir uns natürlich rationale Erklärungen, oder zumindest einen Hinweis darauf, wo eine rationale Erklärung zu finden sein könnte. Und einige Hinweise zeichnen sich ab.



Eine vielversprechende Denkrichtung konzentriert sich auf eine Vorstellung von Energie, die im gesamten Universum vorhanden ist und die sich der Mensch für verschiedene Leistungen wie die "Energieheilung"<sup>4</sup> zunutze machen kann. Im Chinesischen ist diese innere Kraft als "Chi" (auch "Qi" geschrieben [Ideogramm links]) bekannt. Es wird angenommen, dass diese unsichtbare Energie in allen Lebewesen innewohnt und dass sie die lebenden von den nicht lebenden Elementen unterscheidet.

Es gibt Hinweise darauf, dass diese Energie mit der in der Kernphysik bekannten subatomaren "Nullpunktenergie" oder "dunklen Energie" und "dunklen Materie" verwandt sein könnte. Doch während die subatomare Energie als allgemeine physikalische Kraft angesehen wird, ist die Chi-Energie spezifisch für Elemente, die Leben enthalten (Pflanzen, Tiere, Menschen). Wie lässt sich dieser Unterschied erklären?

### **Der Unterschied zwischen subatomarer Energie und Chi-Energie**

Der orientalische Meister Chia erklärt den Unterschied zwischen subatomarer Energie und Chi-Energie auf diese Weise<sup>5</sup>. Ich umschreibe ihn der Klarheit halber:

"Dunkle Energie" oder der "Quantenschaum" des Universums ist, wenn sie nicht von einem Lebewesen beeinflusst wird, ein bisschen wie magnetische Energie, wenn sie zufällig in verschiedene Richtungen zeigt. Wenn diese Energie jedoch für Aktionen oder zur Heilung manipuliert wird, werden diese magnetischen Kräfte in positive und negative Schichten geordnet. Diese Schichten zeigen alle in dieselbe Richtung und sind daher viel stärker. Dann können sie für Aktionen mit Quantenkraft oder Heilung genutzt werden.

Chi wird also als gerichtete subatomare Energie betrachtet, die in der Lage ist, bei Menschen oder Tieren heilend zu wirken. In der ostindischen Tradition wird diese Energie "Prana" genannt, und im Westen übersetzen wir dieses Konzept oft mit "Lebenskraft". Wenn das Chi bei einer Heilung gezielt angerufen wird, spricht man von "Pranaheilung" oder "Energieheilung".

<sup>4</sup> Deshalb wird "spirituelles Heilen" oft als "Energieheilung" bezeichnet.

<sup>5</sup> "CHI IS BIO MAGNETIC ELECTRICAL ENERGY | Master Chia on London Real"  
[https://youtu.be/0OFgL\\_aaXug](https://youtu.be/0OFgL_aaXug)

Wenn wir beginnen, die Grundlagen des spirituellen Heilens zu verstehen, können wir systematischere Tests und Überprüfungen dieser Art von Therapie entwickeln.

## ***Die Kraft des Chi<sup>6</sup>***

Man geht davon aus, dass die Chi-Energie bei Menschen und Tieren durch den gesamten Körper fließt und in einem gewissen Umfang nach aussen projiziert wird. Die äussere Projektion des Chi ist die Aura, die einige Menschen um unseren Körper herum sehen können und die mit Kirlian-Fotografie oder anderen Geräten, die die Auswirkungen der Chi-Energie sichtbar machen, untersucht werden kann.

Das Chi ist also gebündelte Energie. Sie kann durch unsere Handlungen, aber auch durch unsere karmische Geschichte und durch universelle Resonanzquellen ausgerichtet und konzentriert werden. Das ist gemeint, wenn die Chi-Kraft willentlich verstärkt ("angehoben") oder verringert ("gesenkt") werden soll. Wenn unser Wunsch nicht durch unsere karmische Geschichte blockiert ist und wenn er dem Universum nützt, ist er "resonant" und stärkt unser Handeln. Andererseits kann das Chi durch Teile unseres Karmas geschwächt oder blockiert werden, oder wenn die Wünsche gegen den universellen Nutzen gerichtet sind.

Dem Chi wird eine grosse Heilkraft zugeschrieben, wenn es "in guter Form" ist. Wenn es desorganisiert oder "verwirrt" ist, kann das Chi seine Heilkraft nicht voll entfalten. Es wird also davon ausgegangen, dass unser Bewusstseinszustand und das, was wir tun, denken und fühlen, eine direkte Auswirkung auf das Chi hat und indirekt auch auf unsere Fähigkeit, uns selbst zu heilen.

## ***Konzentration auf das Herz***

Eine Schlüsselfunktion, die es beim spirituellen Heilen zu erlernen gilt, besteht darin, das Chi in kongruente und resonante Richtungen zu lenken.

Wie kann man einen klaren Fokus entwickeln, um unser Chi in Richtung Heilung zu lenken?

Das Herz und die Emotionen können den erforderlichen Fokus liefern.

Das Herz ist das mächtigste elektromagnetisch-physiologische Organ unseres Körpers, und es ist mit dem gesamten Körper durch komplexe elektrische und hormonelle Verbindungen verbunden. Die Herzfunktionen liegen allen bewussten Gedanken zugrunde und reichen weit, flexibel und intelligent in unsere Emotionen und in die unbewussten Fähigkeiten des Körpers hinein.

Mit dem Herzen können wir die Richtung wählen und den Weg bestimmen, den das Chi benutzt, um uns zu heilen.

Der Herzfokus wird auch durch einige empirische Beweise gestützt. In Experimenten, die von Dr. Glen Rein durchgeführt wurden, hatten beispielsweise spirituelle Heiler, die die Energie des Herzens nutzten, grösseren Erfolg bei der Beschleunigung des Wachstums der Lymphozyten des menschlichen Immunsystems als diejenigen, die die Energie des Geistes (d.h. des Gehirns) nutzten<sup>7</sup>.

Das Ziel ist es, das Herz zuverlässig und konsequent zu fokussieren. Ein fokussiertes Herz kann mit der Zeit den ganzen Körper auf einen gewünschten Zustand ausrichten. Das Chi speichert die Informationen und lenkt den Körper immer wieder auf diesen Fokus.

---

<sup>6</sup> Diese Geräte werden im nächsten Kapitel erklärt.

<sup>7</sup> Glen Rein "The bipolar nature of healing energy", YouTube "11. Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=VCAliE9ZuhY>

Wenn sich das Herz auf eine Heilung konzentriert und die vorgeschlagene Heilung nicht mit karmischen oder universellen Zielen kollidiert, versucht das Chi, die Heilung zu unterstützen.

### **6.1.3. Beispiel für eine freiwillige spirituelle Heilung**

Lassen Sie uns dies mit einer kurzen Meditation tun. Sie wird nur eine Minute dauern. Gehen Sie zurück zu der einminütigen Meditation<sup>8</sup> und fügen Sie einen Herzfokus hinzu. Wir gehen dabei folgendermassen vor:

Atmen Sie mit geschlossenen Augen eine Minute lang normal und regelmässig<sup>9</sup>. Das beruhigt das Herz und lässt es regelmässiger pumpen. Nach der Hälfte der Minute übermitteln wir dem Herzen ein Bild mit der Bitte, der auf dem Bild gezeigten Richtung zu folgen. Das Bild kann ein Zustand der Heilung oder ein anderer positiver und freudiger Zustand sein, oder was immer Sie wünschen.

Das Herz reagiert sofort auf Ihre Suggestion und löst in Ihrem Körper Reaktionen aus, die mit dem Bild übereinstimmen. Darüber hinaus nimmt auch das Chi das Bild zur Kenntnis und kann auf lange Sicht stark zur Wirkung beitragen.

Auf dem Weg dorthin müssen wir lernen, dem zu vertrauen, was wir tun: Spirituelle Heilung geschieht manchmal sofort, manchmal verzögert sie sich und verläuft auf scheinbar umständlichen Wegen. Langfristige Auswirkungen können durchaus mehrere Wochen später oder anders als erwartet eintreten.

### **Langfristige Welleneffekte**

Geistiges Heilen hat auf verschiedene Weise zu meiner Genesung beigetragen.

Die Antworten meines Höheren Selbst haben viel mehr bewirkt als "nur" die Heilung meiner Erschöpfung. Durch diesen langen Weg bin ich mit grossen Teilen des Bereichs des spirituellen Heilens vertraut geworden, und es wurde mir viel geholfen.

Das Essenzielle ist der systematische Einsatz unseres Höheren Selbst. Ich kann Ihnen die Geschichte immer wieder aus verschiedenen Perspektiven erzählen, aber wir kommen immer wieder aufs Gleiche hinaus: finde Dein Höheres Selbst, und das Höhere Selbst wird Dir schliesslich zu einem wichtigen Weg weisen.

Das mag das Interesse vieler wecken, die Leid ertragen müssen, vor allem derer, die es versucht haben, denen aber mit den etablierten Gesundheitsoptionen nicht genügend geholfen werden konnte.

Im nächsten Kapitel werden wir die Chi-Kraft noch genauer erforschen.

[Verifizierung: "Melkiades, sind Sie mit dem Text in seiner jetzigen Form einverstanden?" "Aus vollem Herzen." "Kann ich ihn ins Internet stellen?" "Völlig einverstanden."]

---

8 <https://youtu.be/F6eFFCi12v8> für eine vollständige Erklärung, <https://youtu.be/F7PxEy5lyV4> für eine kürzere Version.

9 Verschiedene Studien legen nahe, dass die Regelmässigkeit des Herzschlags ein guter Prädiktor für Langlebigkeit ist. Weitere Informationen erhalten Sie, wenn Sie nach Artikeln über "Herzfrequenzvariabilität (HRV)" suchen.

## 6.2. Chi-Kräfte für die Heilung

Im vorigen Kapitel haben wir angedeutet, dass spirituelle Heilung, Pranaheilung und Heilung mit der Chi-Kraft wahrscheinlich alle dasselbe sind. Lassen Sie uns diesen Faden fortsetzen.

Hier ist unsere zentrale Hypothese:

Die Chi-Kraft könnte die zentrale Energiequelle des spirituellen Heilens sein. Je mehr wir uns für diese Quelle öffnen, desto mehr stärken wir die Genesungs- und Regenerationsfähigkeit unseres Körpers. Die Öffnung für diese wohltuende Chi-Kraft könnte eine Schlüsselkomponente auf unserem Aufstiegsweg sein.

Hier sind also einige Fragen:

1. Was macht ein erfahrener Chi-Praktiker?
2. Welche experimentellen Erkenntnisse gibt es über Chi, z.B. in der Kirlianfotografie?
3. Was sind mögliche Placebo-Effekte? Ist Chi eine äussere oder eine innere Kraft?
4. Welche Anregungen können wir aus den Berichten von Dr. Glen Rein gewinnen?

Am Ende des Kapitels werden wir mit einem weiteren Experiment auf Chi-Effekte zurückkommen.

### 6.2.1. Ein erfahrener Chi-Praktiker

Der sanftmütige Frank Willis aus dem Nordwesten Englands ist sowohl ein spiritueller Heiler als auch ein erfahrener Chi-Praktiker. Vor laufender Kamera durchbrach er 18 Betonplatten mit einem Handschlag (Abb. 1).



Abb. 1. Nachdem er eine Reihe von Übungen zum "Sammeln von Chi-Energie" durchgeführt hat (Abb. 2), zerbricht Frank Willis 18 massive Zementblöcke mit einem einzigen "Chi-betriebenen" Schlag. Dies demonstriert die potenzielle Kraft der Chi-Energie. Frank Willis ist auch ein spiritueller Heiler und setzt seine Chi-Kraft ein, um Klienten zu heilen. Die Bilder in den Abbildungen 1, 2 und 3 stammen aus "SUPERHUMAN 1/8 - Chi Energy Demonstration & Explanation" auf YouTube.

Um sich auf eine solche Leistung vorzubereiten, sagt er, dass er das Chi in seinem Körper freiwillig durch bestimmte Übungen *anhebt* oder *senkt* (Abb. 2). Er sagt auch, dass er solche aussergewöhnlichen Leistungen nur vollbringen kann, wenn er sich in "hohem Chi" befindet.

Diese Screenshots stammen aus einem YouTube-Video ([https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG\\_Lvc](https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc)).



Abb. 2. Bevor er die Zementblöcke rechts zerschlägt, hebt und senkt Frank Willis das Chi mit einer Reihe von Übungen. Dieser Prozess scheint seine eigene Innentemperatur zu erhöhen, denn er zieht zuerst seinen Pullover und dann sein Sweatshirt aus, während er die Übungen durchführt.

In dieser Dokumentation<sup>1</sup> erklärt er einige seiner Kräfte. Die Kirlian-Fotografien in Abb. 3 veranschaulichen seine Zustände "hohes Chi" und "niedriges Chi".

Interessant ist, dass er seine Chi-Kräfte lieber zum Heilen als zum Brechen von Platten einsetzt. Er findet, dass es viel befriedigender ist, seine Chi-Kräfte für die Heilung einzusetzen als für das Verteidigungstraining. Er sagt, dass er eine lange Reihe von zufriedenen Kunden für seine Heilfähigkeiten hat.

### **6.2.2. Experimentelle Erkenntnisse über Chi**

Dieses Video konfrontiert uns direkt mit der wissenschaftlichen Kontroverse um die Chi-Kraft. Wir sehen, dass:

- Chi kann sowohl zu Heilungs- als auch zu Selbstverteidigungszwecken eingesetzt werden.
- Chi-Meister zeigen aussergewöhnliche Selbstverteidigungsfähigkeiten, die mit den bekannten physikalischen und physiologischen Begriffen schwer zu erklären sind.
- Es gibt eine grosse Anzahl von unterstützenden Zeugnissen für die heilende Wirkung des Chi, nicht nur von Frank Willis' Klienten, sondern auch von vielen mit Chi behandelten Klienten auf der ganzen Welt.
- Es gibt verschiedene Demonstrationen mit Kirlian-Fotografie und anderen Geräten<sup>2</sup>, die zeigen, "dass es etwas Aussergewöhnliches in der Chi-Kraft gibt".

Die Wirkungen des Chi werden allmählich auch von der westlichen Medizin untersucht. Während erste systematische Demonstrationen ermutigende Heilungseffekte für mit Chi behandelte Klienten zeigen<sup>3</sup>, gibt es weiterhin grosse Rätsel darüber, wie genau die

1 Sie können mehrere Videos über Frank Willis auf YouTube finden. Die obigen Bilder stammen aus der Serie "Interview - Super Human" (<http://www.youtube.com/watch?v=fv>, [https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG\\_Lvc](https://www.youtube.com/watch?v=pc9Q-VG_Lvc)). Wenn Sie gerne sehen, wie Zementblöcke zerbrechen, finden Sie hier eine Aufnahme der Guinness World Records 2008 für das Zerbrechen von Zementblöcken mit einem einzigen Schlag: <http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=MFwtZlzoBEE&feature=fvwp>

2 Eine weitere Technik ist die Gasentladungsvisualisierung (GDV). Wie bei der Kirlianfotografie sind die Bilder interessant und sogar provokativ. Unbestritten ist, dass elektromagnetische Strahlung rund um den Körper messbar ist. Die Interpretation der um den Körper herum auftretenden Flares ist jedoch noch unklar und/oder umstritten. [https://www.researchgate.net/publication/327509580\\_Gas\\_discharge\\_visualization\\_-\\_historical\\_developments\\_research\\_dynamics\\_and\\_innovative\\_applications/link/5b927570a6fdccfd54203691/download](https://www.researchgate.net/publication/327509580_Gas_discharge_visualization_-_historical_developments_research_dynamics_and_innovative_applications/link/5b927570a6fdccfd54203691/download)

3 Chun Yi Li, ein erfahrener Chi Gong-Meister, der in Minneapolis, Minnesota, USA, arbeitet, hat mit einer Reihe von medizinischen Forschungsteams in Minneapolis zusammengearbeitet, die eine systematische Beschleunigung der Heilung bei den Patienten festgestellt haben, die mit Chi Gong-Methoden behandelt

beschleunigte Heilung zustande kommt.

Ich werde Ihnen einige Schlüsselargumente rund um die Chi-Kraft erläutern, um Ihnen einen Überblick über den Stand der Dinge zu geben.

### **Zeigt eine Kirlianfotografie Chi?**



Abb. 3. Fingerabdrücke von Frank Willis, aufgenommen mit einer Kirlian-Kamera. Links hatte sich Herr Willis in einen hohen Chi-Zustand und rechts in einen niedrigen Chi-Zustand versetzt.

Um zu verstehen, was die Demonstration von "erhöhtem Chi" und "erniedrigtem Chi", wie sie durch die Kirlianfotografie demonstriert wird, bedeutet, lassen Sie uns kurz betrachten, wie die Kirlianfotografie funktioniert.

Im Jahr 1974 baute ich eine einfache Kirlian-Kamera auf der Grundlage eines Schemas aus dem Buch "The Kirlian Aura" (siehe unten<sup>4</sup>). Bei dieser Art von Kamera wird ein relativ niederfrequenter Strom durch lebendes Gewebe (ich schätze etwa 250 Hz) und dann durch einen fotografischen Film auf eine Metallplatte geleitet. Mein Aufbau funktionierte einwandfrei, und ich erhielt ähnliche Ergebnisse wie diejenigen die in Abbildung 3 gezeigt werden. Meine eigenen Bilder von meinen Fingerabdrücken sind inzwischen verloren gegangen, aber sie zeigten einen Zwischenzustand zwischen den beiden Bildern von Frank Willis.

Es wurde vorgeschlagen, dass starke Lebenskräfte in lebendem Gewebe die Übertragung von elektrischem Strom durch den Film erleichtern, während geringe Lebenskräfte als Widerstand wirken. Das typische Beispiel ist ein frisch geschnittenes Blatt. Wenn es noch voller Saft ist, zeigt ein Kirlian-Bild einen starken Umriss des Blattes. Wenn es abstirbt, wird das Bild schwach.

Viele Leute werden sagen, dass dies daran liegt, dass ein feuchtes Blatt mehr Elektrizität durchlässt als ein trockenes Blatt. Aber das erklärt nicht die häufige Beobachtung bei menschlichen Fingerabdrücken. Gesunde Menschen hinterlassen in der Regel stärkere Fingerabdrücke, wenn sie gesund sind, und schwächere Abdrücke, wenn sie krank sind. Da eine ungesunde Person vielleicht Fieber hat und mehr Feuchtigkeit abgibt, hätte man das Gegenteil erwarten können. Aber das ist nicht der Fall.

Mehr als das. Wie bei der Kirlian-Fotografie üblich, waren bestimmte Punkte an Frank Willis' Fingern besonders leitfähig, und hochfrequente Elektrizität flammte an diesen Stellen auf. Diese Punkte könnten somit als die aus der chinesischen Medizin bekannten "Meridiane" fungiert haben. Dies ist ein weiterer Hinweis auf einen Zusammenhang mit der Chi-Theorie.

Bedeutet dies, dass Kirlian-Fotografien tatsächlich die Wirkung des Chi zeigen? Zu diesem Zeitpunkt ist es noch schwierig zu sagen, ob das Chi wirklich durch die

wurden. Die genauen Referenzen waren früher auf der Webseite von Chun Yi Li zu finden:

<https://www.springforestqigong.com/>. Allerdings konnte ich diese Referenzen im Jahr 2016 nicht mehr finden, sondern las auf der Titelseite "Doctors say..." auf der Titelseite.

4 (Schema unten, am Ende von 6.2.) Entnommen aus Seite 72 von "A portable Kirlian device" von Robert Martin in The Kirlian Aura: Photographing the Galaxies of Life, herausgegeben von Stanley Krippner und Daniel Rubin. Doubleday Anchor Book, 1974.

Kirlianfotografie abgebildet wird oder nicht. Die systematische Erforschung der Kirlian-Fotografie wurde in den späten 1970er Jahren im Wesentlichen eingestellt, weil die Vorstellung von einer externen Chi-Kraft nicht in das wissenschaftliche Paradigma der damaligen Zeit passte.

Interessant an den Ergebnissen von Frank Willis ist, dass er die Stärke einer elektrischen Übertragung innerhalb weniger Minuten willentlich ändern kann. Wir müssen natürlich davon ausgehen, dass der Druck auf die Platte und die Stärke des Stroms, der durch seinen Körper fließt, vergleichbar gehalten wurden. Es ist in der Tat möglich, dass er die elektrische Leitfähigkeit in seinen Fingerspitzen durch das freiwillige Anheben und Absenken seiner Chi-Stärke erleichtert und verringert hat. Es ist also durchaus möglich, dass sich die Chi-Kraft in diesen Kirlian-Fotos manifestiert hat.

Es wäre interessant, das Experiment zu wiederholen und die Feuchtigkeit, den Druck und die Spannung unter Willis' beiden Bedingungen gleichzeitig zu messen. Dann könnten wir einer kompetenten Antwort auf die Frage näher kommen, ob die Kirlian-Fotografie tatsächlich die Chi-Kraft widerspiegelt.

### **6.2.3. Fernheilung und konzentrierte spirituelle Absicht**

Werfen wir nun einen Blick auf einige weitere Indikatoren für die Auswirkungen der Chi-Kräfte.

Einer der merkwürdigen Indikatoren ist die "Fernheilung", die aus Abschnitt 5.7 bekannt ist. Viele Chi-Heiler oder "Energie"-Heiler behaupten, dass sie Behandlungen aus der Ferne durchführen können. Viele geschulte Heiler sind in der Lage, aussergewöhnlich detaillierte Informationen über den Gesundheitszustand einer Person zu erhalten, die weit entfernt sein kann.

Edgar Cayce, der berühmte amerikanische Heiler der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, war in der Lage, genaue und gut dokumentierte Heilungsinformationen für Patienten zu erhalten, die einen Kontinent entfernt waren. Wie wurde dies erreicht? Was hat es mit der Chi-Kraft auf sich, das diese "Entfernung-ist-nicht-wichtig"-Qualität ermöglicht? Während andere Faktoren bei der spirituellen Heilung wichtig sind (siehe unten), ist die Entfernung offensichtlich nicht wichtig.

### **Die Ergebnisse von Glen Rein**

Der Physiker Dr. Glen Rein hat seit den 1980er Jahren eine Reihe von Experimenten mit Geistheilern durchgeführt. Einige seiner Untersuchungen beschrieb er 2011 in einem Vortrag, der als YouTube-Video<sup>5</sup> verfügbar ist.

In einem Experiment beobachtete er die Auswirkungen, die die spirituelle Absicht des Heilers auf die menschliche DNA sowie auf menschliche Nervenzellen hat. Dazu gab er menschliche DNA und menschliche Nervenzellen in eine Lösung auf einer Petrischale und mass die elektrische Leitfähigkeit in der Lösung. Gleichzeitig projizierte ein Geistheiliger in einigen Metern Entfernung eine Absicht in Richtung der Lösung. In Abb. 4 sieht man eine ausgeprägte negative Reaktion; auch positive Reaktionen wurden beobachtet. Die Reaktionen traten zuverlässig auf, jedes Mal nach der Absicht des Heilers.

Interessant war ein Experiment, bei dem sowohl DNA- als auch Nervenzelllösungen gleichzeitig aufgezeichnet wurden (Abb. 5), und bei dem die Unterhaltung der Experimentatoren zufällig zwei verschiedene Themen berührte. Zunächst wurde das Gespräch in einer Diskussion über AIDS recht emotional. Dies löste eine Reaktion in der

---

<sup>5</sup> "Symposium der DGEIM, Vortrag Glen Rein" <https://www.youtube.com/watch?v=FwAbJTGOJA4> (Vortrag auf Englisch mit deutscher Übersetzung).

DNA-Lösung aus, aber nicht in der Nervenzellenlösung. Dann, 44 Sekunden später, wandte sich das Gespräch einem anderen emotionalen Thema zu, nämlich dem Vater des Experimentators, der an Alzheimer erkrankt ist. In diesem Fall reagierten die Nervenzellen viel deutlicher als die DNA-Lösung.

Wir halten fest: AIDS → DNA-Antwort, Alzheimer → Antwort der Nervenzellen.

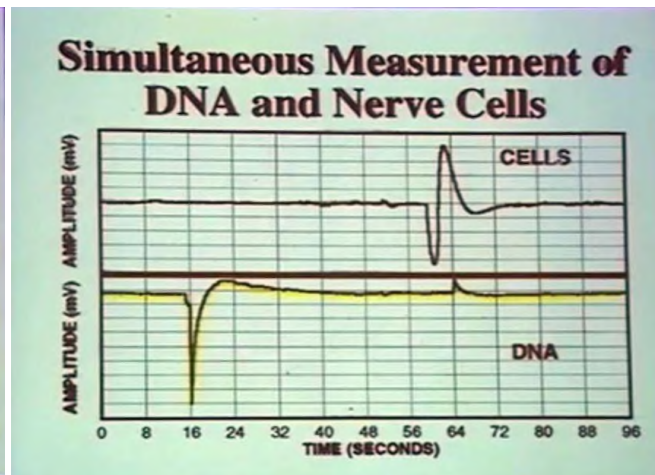
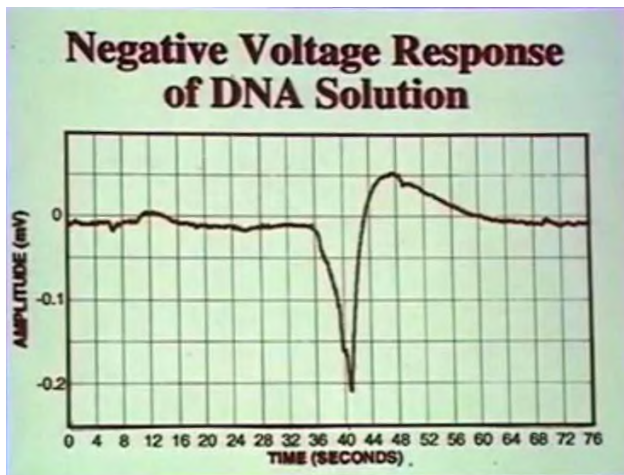


Abb. 4. Eine negative Reaktion der DNA-Lösung auf die Aussendung einer Absicht durch einen Geistheiler. Die Illustrationen in den Abbildungen 4 bis 8 stammen aus dem in Fussnote 15 genannten YouTube-Bericht. Abb. 5. Die DNA und die Nervenzellen wurden gleichzeitig aufgezeichnet. Das Gespräch drehte sich zunächst um AIDS und dann um die Alzheimer-Krankheit. Die beiden Lösungen reagierten selektiv und angemessen auf das Gesprächsthema.

Dies ist interessant, da sich AIDS durch das Eindringen in die menschliche DNA verbreitet, während die Alzheimer-Krankheit das Nervensystem betrifft. So unglaublich es klingen mag, aber diese Beobachtung deutet darauf hin, dass die isolierten menschlichen Petrischalen-Kulturen die Art des Gesprächsthemas aufgegriffen haben könnten.

### **Das Bedürfnis, sich zu konzentrieren**

Glen Rein führte auch ausgedehnte Experimente durch, bei denen Geistheiler ihre Energie auf lebende Lymphozyten (Zellen des Immunsystems) konzentrierten. Hier ist eine zusammenfassende Liste seiner Beobachtungen:

- Die Projektion bestimmter Absichten erhöhte oder verringerte die Synthese der DNA der Lymphozyten.
- Bestimmte Absichten waren wirksamer als andere. Nicht fokussierte Gedanken (wie sie in der Geistheilung oft verwendet werden) waren nicht wirksam. *Liebe, die ohne Absicht ausgestrahlt wird, war unwirksam.*
- Wenn der Heiler mit Bildern arbeitete, war er genauso wirksam wie wenn er eine Absicht übermittelte.

Die Verwendung von Bildern und Absichten durch jene Heiler, die zu einer solchen Kombination fähig waren, hatte eine additive Wirkung.

Wir halten insbesondere fest, dass "Liebe, die ohne Absicht ausgestrahlt wird, unwirksam ist". Dies wirft eine Frage auf, die sich viele Praktizierende der "Achtsamkeitsmeditation" stellen: Ist Ihre Meditation ausreichend fokussiert für das Ziel, das Sie erreichen wollen, oder ist sie zu diffus? In meiner persönlichen Praxis habe ich immer dann die besten

Ergebnisse erzielt, wenn der Ort oder das Ziel klar definiert war. So kann eine nicht fokussierte Achtsamkeit weniger wirksam oder unwirksam sein als eine vollständig fokussierte Liebesausstrahlung.

## **Heiler sind besser als Maschinen und einzunehmende Substanzen**

Schliesslich berichtete Dr. Rein über eine Reihe von Studien, die mit der HearthMath-Gruppe in Boulder, Colorado, durchgeführt wurden. Hier wurde die Fähigkeit untersucht, den Grad des Auf- oder Abwickelns einer DNA-Sequenz zu beeinflussen (Abb. 6 – 8).



Abb. 6. Der Heiler projiziert auf ein Reagenzglas in einem Behälter. Abbildungen aus dem in Fussnote 5 erwähnten YouTube-Bericht.



Abb. 7. DNA-Sequenz während des Abspulens.

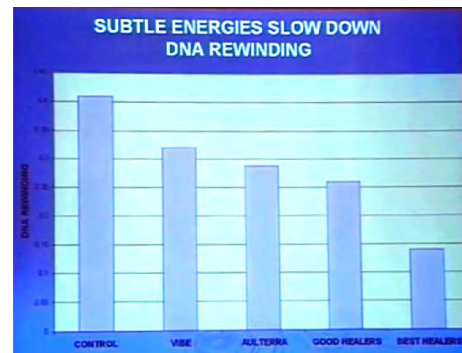


Abb. 8. Die Effekte waren bei den Heilern am besten (zwei Spalten rechts, niedriger ist besser). Die Ergebnisse für die Kontrollgruppe sind ganz links zu sehen

In diesem Fall gab es mehrere spirituelle Heiler sowie eine Substanz zum Einnehmen und ein Gerät, das die Wirkung der DNA verstärken soll.

Es stellte sich heraus, dass die Heiler die Entfaltung der DNA am besten verlangsamten (wenn man so will, einen winzigen "Anti-Aging-Effekt" bewirkten), und dass diese erfahrenen menschlichen Heiler bessere Ergebnisse erzielten als die chemische Substanz oder die Maschine. Aber alle Behandlungen durch menschliche Heiler waren besser als gar keine Behandlung (in der äussersten linken Spalte, Abb. 8).

## **Entfernung**

Ein weiteres Ergebnis, das sich in Fällen fortgeschrittener Geistheilung zeigt, ist die Unwichtigkeit der Entfernung. Heiler, die in geringer Entfernung von einem Klienten arbeiten, können genauso wirksam sein, wie wenn sie weit entfernt sind. Glen Rein berichtete auch, dass Heiler, die eine Meile vom Objekt entfernt waren, genauso gut arbeiteten, wie wenn sie sich in der Nähe des Objekts befanden.

## **Anzahl der Heiler**

Eine weitere häufige Beobachtung ist, dass mehrere Heiler, die gemeinsam arbeiten, viel mehr Kraft entwickeln können als ein Heiler, der allein arbeitet. In dem in einem früheren Kapitel (4.2.) beschriebenen Beispiel einer chinesischen Heilung für einen Tumor rezitierten drei geistige Heiler wiederholt den Satz "Sie ist bereits geheilt". Die Wirkung war stark und wurde live auf einem Ultraschallbildschirm dokumentiert.

Kohärentes kooperatives Handeln wird oft als multiplikativ beschrieben. Nehmen wir also

an, dass drei Heiler zusammenarbeiten und jeder eine Heilwirkung von 10 hat. Ihre gemeinsame Wirkung wäre dann nicht 30, sondern  $10 \times 10 \times 10$ , also 1000. Sogar Lebenspartner und Ehepaar-Teams könnten eine viel grössere Wirkung haben als Einzelpersonen, und eine Familie von drei oder vier Personen, die in völliger Kohärenz arbeiten, könnte eine sehr starke Heilwirkung haben.

#### **6.2.4. Schlussfolgerungen**

Aus all diesen Beobachtungen schliessen wir, dass die folgenden Elemente für die geistige Heilung wichtig, möglicherweise sogar entscheidend sind:

– **Projektionen von erfahrenen Geistheilern können eine Wirkung auf lebendes menschliches Gewebe haben.**

– **Die geografische Entfernung spielt keine Rolle**

– **Die Projektion auf das zu heilende Objekt muss fokussiert sein.**

– **Die Projektion muss eine starke emotionale Komponente aufweisen.**

– **Die Projektion muss entweder eine klare Absicht oder ein klares Bild enthalten. Am besten wäre beides gleichzeitig.**

– **Die menschliche Projektion – besonders wenn sie stark ist – ist stärker als geschluckte oder mechanische Effekte.**

– **Mehrere kohärente und emotional engagierte Heiler zeigen die besten Wirkungen beim geistigen Heilen.**

Diese Schlussfolgerungen erscheinen zum jetzigen Zeitpunkt vernünftig. Es sind weitere Studien erforderlich, um festzustellen, wie verallgemeinerbar diese Ergebnisse sind. Wie gut lassen sie sich reproduzieren? Lassen sich die Ergebnisse auf die Behandlung verschiedener Krankheiten verallgemeinern?

Im Moment sehen wir jedoch genügend glaubwürdige Ergebnisse, die uns motivieren, diese Fragen weiter zu untersuchen. Wir sehen auch Elemente, die uns an das Chi-Training erinnern. Zum Beispiel investieren Chi-Praktizierende oft starke Emotionen in ihre Arbeit. Hören Sie sich die emotionalen Schreie an, die der Chi-Praktiker in diesem Video ausstösst, wenn er grosse Objekte aus der Ferne bewegt<sup>6</sup>.

**Ich schliesse daraus: Im Gegensatz zu dem zunehmend mechanisierten Ansatz der westlichen Medizin ist spirituelle Heilung offenbar am besten, wenn sie die emotionale menschliche Energie mit einbezieht.**

#### **6.2.5. Experiment**

Definieren Sie für sich ein klares Heilungsziel. Stellen Sie sicher, dass Sie ein klares Kriterium haben, anhand dessen Sie beurteilen können, ob die Heilung stattgefunden hat oder nicht. Anstatt z.B. alle 5 Minuten zu husten, könnten Sie sich das Ziel setzen, nicht mehr als einmal pro halbe Stunde zu husten. Richten Sie nun eine ungestörte Heilungssitzung ein. Setzen oder legen Sie sich hin und nehmen Sie sich zehn Minuten Zeit für die Übung.

Beginnen Sie mit einer regelmässigen Atmung. Atmen Sie 20 Mal tief ein. Zählen Sie bei jedem Einatmen bis fünf und bei jedem Ausatmen noch einmal fünf. Seien Sie sehr regelmässig.

---

<sup>6</sup> "Man in China moves objects with CHI/KI energy" <https://youtu.be/rm2nA8delXc>. Alles auf Chinesisch, aber schauen Sie sich einfach das Video an.

Überwinden Sie nun die Verlegenheit, etwas Ungewöhnliches zu tun, und versuchen Sie es einfach. Vielleicht beginnen Sie mit Flüstern. Aber selbst wenn Sie flüstern, füllen Sie es mit voller, emotionaler Überzeugung. Stehen Sie mit ganzem Herzen dahinter. Flüstern, sagen oder singen Sie drei Minuten lang "Ich bin geheilt" und behalten Sie dabei Ihr klares Heilungsziel im Auge.

Noch besser ist es, wenn Sie dies zusammen mit einem engen Freund oder einem oder mehreren engen Mitbetreuern tun, der/die Sie voll und ganz versteht/verstehen und aufrichtig helfen will/können. Sagen oder rezitieren Sie unisono "Ich bin geheilt" und "Sie/Er ist geheilt".

Atmen Sie dann 10 Sekunden lang schnell. Warten Sie eine weitere Minute, um sich zu beruhigen. Die ganze Übung sollte nicht viel länger als 15 Minuten dauern.

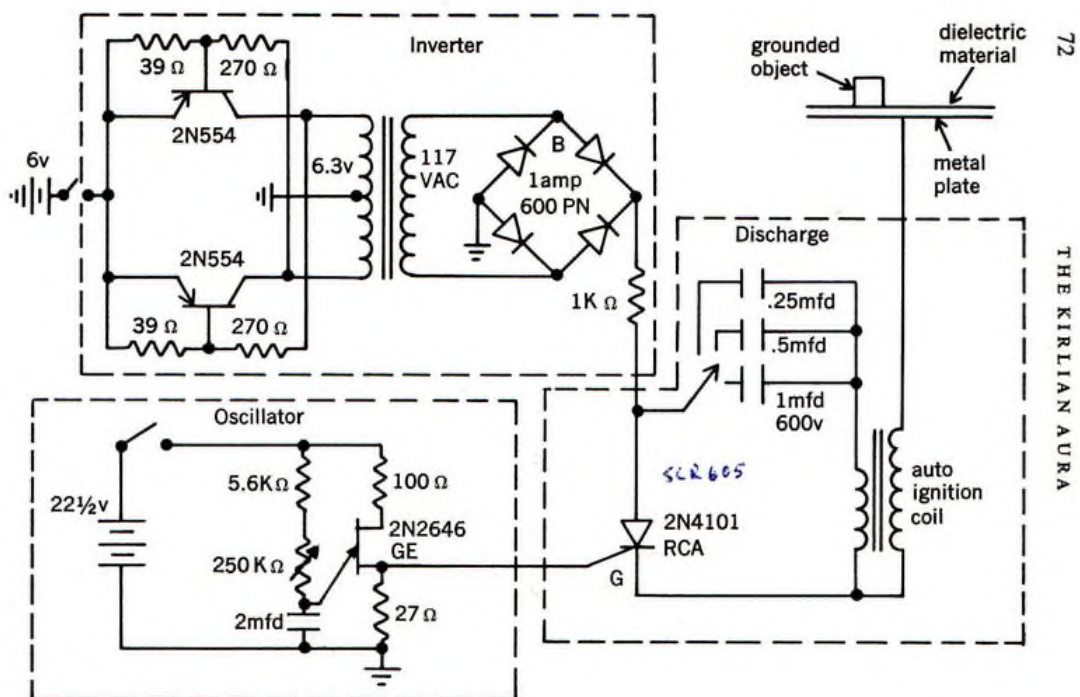
Wenn Sie fertig sind, fragen Sie mit Ihrem bevorzugten interdimensionalen Kommunikationswerkzeug (z.B. dem Pendel), wie viele solcher Sitzungen noch nötig sind, um eine dauerhafte Heilung zu bewirken.

Seien Sie nicht konsterniert. In meinem Fall hat die Reinigung des lebenslangen Atemproblems ein ganzes Jahr gedauert, d.h. etwa 50 Sitzungen. Aber die Wirkung war vollständig und langfristig.

*Gesamtperspektive: Um die Heilung zu beschleunigen, brauchen wir die volle und emotionale Überzeugung von anderen, die wirklich mit Ihnen zusammenarbeiten wollen.*

[Überprüfung: "Melkiades, sind Sie mit dem Text in der vorliegenden Form einverstanden?" "Voll und ganz zugestimmt".]

Figure 28. A portable Kirlian device (courtesy, R. Martin)



## 6.3. Langfristige Perspektiven für die Gesundheit

Wenn wir lange genug leben, neigen wir dazu, von gesundheitlichen Problemen eingeholt zu werden.

Wenn wir älter werden, beginnen sich die Probleme zu häufen. Sie wissen, dass Sie etwas "Ernstes" haben, wenn Sie mehr als 10 "Probleme" in Ihrem Körper finden. Die meisten Dinge sind unbedeutend, eine kleine Beule hier, eine kleine Wunde dort, ein bisschen zu viel Gewicht das einfach nicht verschwinden will, eine Allergie oder zwei, ein Atemproblem, ein Zahn, der Sie stört, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, ein launischer Magen, ein Computer-Ellbogen, ein angeschlagener Zeh, was auch immer, verschiedene Schmerzen und Wehwehchen.

Wenn Sie systematisch durch Ihren Körper gehen, beginnend mit dem Kopf, nach jedem Ihrer inneren Organe fragen und bei den Zehen enden, werden Sie vielleicht so viele kleinere oder grössere Probleme entdecken, dass Ihre 10 Finger nicht ausreichen werden.

Die ganze Zeit über haben Sie kaum etwas zur Kenntnis genommen, sich ein wenig angepasst, zwei Aspirin oder einen starken Kaffee genommen und Ihr Bestes getan, um das alles zu vergessen. Aber ab und zu verschwindet das Problem nicht wirklich. Stattdessen wird es immer hartnäckiger, bis zu dem Punkt, an dem es Sie mitten in der Nacht aufwecken kann. An manchen Morgen haben Sie das Gefühl, dass alles aus dem Ruder gelaufen ist. Aber dann schimpfen Sie mit sich selbst, weil Sie so negativ denken – und tun Ihr Bestes, um Ihre unangenehmen Erinnerungen wieder zu vergessen.

Sie Schieben die Sache auf die lange Bank.

### ***Die Spirale stoppen?***

Wenn es von Jahr zu Jahr schlimmer wird, fragen Sie sich vielleicht: Können wir diese unangenehmen Erinnerungen jemals stoppen?

Ja, das können wir. Im Folgenden möchte ich Ihnen von einigen weiteren Stationen auf meinem langen Weg zu einer "nachhaltigen Lösung" des Alterns erzählen.

Ich werde in drei Schritten vorgehen:

1. Bedingungen und Ursachen
2. Lösungsansätze und Heilmittel
3. Perspektiven und Missionen

### **6.3.1. Bedingungen und Ursachen**

Unser wichtigstes Ziel ist es immer, gesund zu leben. Aktuellen Statistiken zufolge verbringen wir jedoch etwa ein Sechstel unseres Lebens in Gesundheitsproblemen, am häufigsten im Alter. Ein Grossteil der medizinischen Forschung zielt darauf ab, zu verstehen, wie dieses weit verbreitete und umfangreiche menschliche Leiden verringert werden kann.

Mehrere Forschungsrichtungen liefern uns wichtige Informationen über die Elemente, die zu einer guten Gesundheit beitragen. Ich habe bereits auf wichtige psychologische Faktoren hingewiesen. Wir erinnern uns, dass eine Reihe von Studien gezeigt hat, dass glückliche Menschen gesünder und länger leben. Aber wie können wir "glücklich" bleiben, wenn ein Langzeitleiden uns immer wieder mit Schmerzen und Einschränkungen daran erinnert?

Der Mensch lebt in direkter Wechselwirkung mit Mikroben. Dazu gehören die Erforschung von Mikroben<sup>1</sup>, Genetik/Epigenetik, Ernährung und Psychologie. Ohne sie könnten wir unsere Nahrung nicht verdauen, d.h. wir könnten *ohne diese Mikroben nicht leben*.



Gleichzeitig machen uns einige andere Arten von Mikroben das Leben sehr schwer. Sie sammeln sich an schlecht durchbluteten Stellen (z. B. in den Gelenken) und graben sich in Nischen im Gewebe und in den Knochen ein. Von diesen geschützten Orten aus setzen sie ihre bösen Absichten fort. Sie dehnen ihr Territorium immer weiter aus, entziehen uns Nährstoffe und überschwemmen unser System mit ihrem Abfall.

Wir bemerken sie erst relativ spät, z.B. wenn wir unter Arthritis leiden, wenn wir Infektionen haben oder wenn sie begonnen haben, die Funktionen des einen oder anderen Organs ernsthaft zu beeinträchtigen usw.

## **Das Immunsystem**

Unser Immunsystem ist für die Unterscheidung zwischen nützlichen und schädlichen Mikroben zuständig. Bei einem gesunden Menschen, der sich richtig ernährt, funktioniert diese hochkomplexe Polizeiaktion in den ersten 40-50 Lebensjahren hervorragend. Aber die Mikroben sind hartnäckig, der Kampf hört nie auf, und allmählich beginnen die "Bösewichte", die Oberhand zu gewinnen. Sie bauen ihr Territorium aus, besetzen Teile des Körpers, mischen sich geschickt unter die "Guten", um nicht entdeckt zu werden, und vermehren sich mit schwindelerregendem Elan.

So geraten die hoch entwickelten Kräfte unseres Immunsystems ins Hintertreffen und werden allmählich überwältigt. Natürlich sind häufige Infektionen, die in unserer Umwelt reichlich vorhandenen Giftstoffe und unsere nährstoffarme Ernährung nicht gerade hilfreich.

So beginnt unser armer Körper die vielen Missstände zu quittieren, jedes Jahr ein bisschen mehr. Je nach der von Ihnen „bevorzugten Schwäche“ zeigen sich die Schäden zuerst in Ihrem Kreislaufsystem, dem Bewegungssystem, dem Nervensystem, der Verdauung, dem Ausscheidungssystem usw. Nach einer gewissen Zeit beginnen diese Systeme allmählich in ihren Funktionen zu versagen.

Wenn sich die Fehler ausreichend häufen oder der Körper versucht, die Schäden zu beheben, kann es zu einem plötzlichen Systemversagen kommen (Herzflimmern, Schlaganfall durch ein Blutgerinnsel usw.) oder allmählich durch einen Dominoeffekt versagender Organe, wie er typischerweise in der Endphase von Krebs, fortgeschrittener Arthritis usw. auftritt. Indirekte Auswirkungen des mikrobiellen Unheils tragen ebenfalls zu verschiedenen fortschreitenden Krankheiten bei.

## **Späte Auswirkungen**

*Entscheidend bei dieser ganzen Geschichte ist, dass die Ursachen des Problems oft weit von ihren Folgen entfernt sind.*

Die Schäden können sogar schon im fötalen Leben beginnen und bis ins hohe Alter unbemerkt bleiben. Deshalb wäre es am besten, wenn wir so früh wie möglich damit beginnen würden, die Funktionen unseres Immunsystems zu unterstützen. Und das tun

---

<sup>1</sup> "Eine Mikrobe ist ein lebender Organismus, der zu klein ist, um mit bloßem Auge gesehen zu werden. Zu den Mikroben gehören Bakterien und Archaeobakterien, Protisten, einige Pilze und sogar einige sehr kleine Tiere, die zu klein sind, um sie ohne ein Mikroskop zu sehen. Der Begriff Mikrobe ist die Abkürzung für Mikroorganismus, was so viel bedeutet wie kleiner Organismus. ... Mikroben sind extrem vielfältig und repräsentieren alle grossen Reiche des Lebens, einschliesslich der Tiere, Pflanzen, Pilze, Protisten und Bakterien." (Übersetzt) <http://commtechlab.msu.edu/sites/dlc-me/zoo/ziwim.html>

wir nur sehr selten. Meistens warten wir, bis die Dinge ernsthaft aus dem Ruder laufen, so wie ich es vor meinem Burn-out getan habe.

Wenn wir die erste „wirklich schlechte Nachricht“ von unserem Arzt erhalten, ist die Reaktion in der Regel, auf eines der Tausenden von Heilmitteln zurückzugreifen, die schnelle oder sofortige Lösungen versprechen. Dieses Vorgehen wird selten die gewünschte Wirkung haben, und zwar aus einem einzigen logischen Grund: Eine Krankheit, die sich schon lange in unserem Körper eingenistet hat, wird nicht einfach nach ein paar Wochen oder gar Monaten verschwinden.

Wenn man endlich einen Angriff bemerkt, befindet man sich bereits in einer strategischen Schwachstelle. Mikroben werden durch "soziale Intelligenz" gesteuert. Sie vermehren sich an verschiedenen Stellen im Körper. Wenn wir sie an einem Ort zur Strecke bringen, neigen sie dazu, sich an einem anderen zu vermehren. So müssen wir lange Zeit einen intelligenten Kampf an verschiedenen Stellen führen, um das Gleichgewicht gegen einen sehr intelligenten Feind, der niemals schläft, wiederherzustellen.

Es dauert oft Jahre, bis die "Immunpolizei" in einer bestimmten Situation die Oberhand gewinnt, so dass unsere angeborenen Prozesse der Genesung und Geweberegeneration den Schaden wirklich beseitigen können.

### **6.3.2. Heilmittel: Auf in den Kampf**

Als ich endlich begriffen hatte, womit ich es zu tun hatte, nahm ich einen systematischen Kampf auf. Ich beschloss, mein Immunsystem so gut wie möglich zu unterstützen und den schädlichen Mikroorganismen das Leben wirklich schwer zu machen. Diesen Kampf führe ich nun schon seit einigen Jahren. Schauen wir uns an, was sich verändert hat.

**Die Ernährung.** Ich habe meine Essgewohnheiten radikal geändert und ernähre mich jetzt nach einer ausgewogenen Genotyp-Diät<sup>2</sup> mit frischem Salat und Gemüse, genotypgerechten Nährstoffen und vergleichsweise wenig Eiweiss.

Eines der Hauptziele einer "gemüsereichen" und "eiweissarmen" Ernährung ist die Aufrechterhaltung eines pH-neutralen interstitiellen Flüssigkeitsspiegels, der die Immunfunktionen am besten unterstützt. Um einen hohen Nährwert zu erreichen, bleiben viele Gemüsesorten ungekocht. Ich esse bis ich satt bin, aber nicht im Übermass. Zwischen dem Abendimbiss und dem Frühstück liegen etwa 8 Stunden.

Alkohol, mehr als 2 Tassen Kaffee pro Tag, zugesetzter Zucker und Süssigkeiten stehen nicht auf der Liste, ebenso wenig wie Fruchtsäfte und Limonaden. Die meisten Kohlenhydrate (Pizza, Gebäck usw.) sind gestrichen. Das entspricht gut meinen Bedürfnissen. Im Laufe der Monate ist der Heisshunger auf "Ausnahmen" im Wesentlichen verschwunden.

**Schmerzen.** Aufgrund von Restschäden aus der Zeit vor dem Burn-out nahmen die Behandlungen früher 30 Minuten bis 2 Stunden meines Tages in Anspruch. Jetzt bin ich wunderbar schmerzfrei.

**Extras.** Ich bin ein- bis zweimal pro Woche zu meinem Heilpraktiker gegangen. In meinem Fall war das einfach, weil meine Partnerin Elena die betreffende Fachkraft ist.

Jetzt ist die "Gesundheitsinspektionszeit" minimal.

Ausserdem habe ich Audioaufnahmen entwickelt, die mir beim Einschlafen helfen und die ich mir ab und zu anhöre<sup>3</sup>. Diese helfen mir, jede Nacht 3 bis 4 Deltaschlafphasen zu

---

<sup>2</sup> Dr. Peter J. D'Adamo, <http://www.dadamo.com/txt/index.pl?1039>

<sup>3</sup> Erzengel Uriel hat mir auch bestimmte Rezepte für verschiedene Zustände gegeben, die ich in den kommenden Monaten dokumentieren werde.

erreichen. Tiefer Deltaschlaf wird mit einer stärkeren Unterstützung des Immunsystems in Verbindung gebracht. Ausserdem fühle ich mich nach ausreichenden Deltaschlafphasen aussergewöhnlich fit und ausgeruht. Schliesslich mache ich eine Meditation und bitte jeden Abend vor dem Einschlafen um Unterstützung.

Das alles mache ich ohne verschreibungspflichtige Medikamente. Ich nehme ein oder zwei Vitamin-C-Tabletten pro Tag, und das war's auch schon. Wie Sie vielleicht schon vermutet haben, habe ich mich von jeder "experimentellen Injektion" ferngehalten. Kurz gesagt, ich bin ein "konsequenter Gesundheitsfanatiker" geworden. Dies war die Lösung eines langjährigen Konflikts zwischen Vernunft und bequemen Gewohnheiten. Die Vernunft hat schliesslich über die Bequemlichkeit gesiegt.

In aller Stille haben sich die positiven Effekte durchgesetzt. Kleine Schmerzen in den Gelenken (Computer-Ellbogen, Karpaltunnel, Knie, Füsse) sind im Wesentlichen verschwunden. Der Tinnitus, der mich seit etwa 15 Jahren begleitete, ist im Wesentlichen verschwunden, die Leber- und Gallenblasenschmerzen sind einfach weg, die neuromuskulären Störungen durch mein Burn-out haben stark nachgelassen, das Darmsystem ist ruhig und tut seine Arbeit gut.

### **6.3.3. Perspektiven und Missionen**

Über das unmittelbare Handeln hinaus brauchen wir eine langfristige Vision oder Lebensperspektive.

Hier sind einige Dinge, über die man nachdenken sollte.

*Die allererste Empfehlung lautet: "Arbeiten Sie mit Ihrem Höheren Selbst".* Bauen Sie ein solides Vertrauen in die Antworten auf, die Sie mit den von Ihnen gewählten Kommunikationsmitteln erhalten. Arbeiten Sie mit Ihrem Pendel, sprechen Sie mit Ihrem Höheren Selbst und stellen Sie sicher, dass Er/Sie Ihnen klare Antworten gibt.

Oft werde ich befragt über Gesundheit oder über einen zukünftigen Lebenspartner. Meine erste Frage ist: „Was sagt Ihr Höheres Selbst dazu?“ Und was ist die typische Antwort? „Ah, Sie haben vergessen, ihr Höheres Selbst zu befragen!“

Wenn Sie eine wichtige Frage haben, ist die allererste Reaktion, die Dinge immer mit Ihrem Höheren Selbst zu besprechen.

Wenn Sie das getan haben, nehmen Sie sich Zeit, um die inneren Veränderungen oder Bereinigungen, die Sie beschlossen haben, durchzuarbeiten. Das kann mehrere Monate dauern.

Wenn Sie sich dann bereit fühlen, die zweite Phase der Befragung einzuleiten, schlage ich vor, dass Sie sich *die zentrale Frage* stellen: *"Was sind Ihre Lebenspläne"*? Haben Sie eine "Lebensaufgabe" für die nächsten Jahrzehnte? Wollen Sie sehr lange ohne Schmerzen leben? Wollen Sie einem Gesundheitsplan Priorität einräumen und sich die Mühe machen, sich zu informieren und ein strenges Programm zu befolgen?

Oder haben Sie eine wichtige Aufgabe, die sich hinter Ihren gesundheitlichen Sorgen verbirgt?

Wenn man eine Weile über diese Frage nachgedacht hat, wird die überwiegende Mehrheit einfach sagen: "Nein, ein Gesundheitsplan ist mir zu aufwendig. Und nein, ich habe nicht das Gefühl, dass ich eine bestimmte Vision oder Mission in meinem Leben habe. Lass mich einfach mein Leben leben, und ich werde schon zurechtkommen."

**OK, das ist perfekt.** Tun Sie, was vernünftig ist. *Essen Sie regelmässig, übertreiben Sie es nicht und führen Sie vor allem ein gutes soziales Leben, und es wird Ihnen genauso gut gehen wie den meisten Ihrer Freunde, oder sogar viel besser.*

Die durchschnittliche Lebenserwartung in den Industrieländern liegt heute bei etwa 80 Jahren<sup>4</sup>, das ist das, worauf wir derzeit hoffen können. Stellen Sie sich nicht vor einen fahrenden Bus, seien Sie vorsichtig, wenn Sie eine Treppe hinuntergehen, und machen Sie sich keine allzu grossen Sorgen um Ihre Gesundheit. Vielleicht wird eine "epigenetische Pille" in ein paar Jahren das ganze Bild verändern.

Was im Moment sicher scheint, ist Folgendes: Ohne eine absolute Überzeugung, die sich in gezieltem Handeln niederschlägt, können wir den Kampf gegen die Mikroben nicht gewinnen. "Den Kampf gewinnen" ist hier definiert als eine dauerhafte und entschiedene Reduzierung der Symptome, die auf die anhaltende Wirkung der Mikrobenpopulationen zurückzuführen sind.

Jede halbherzige Lösung führt zu einem endgültigen Misserfolg. Eine halbherzige "sanfte Herangehensweise" an Gesundheitsprobleme, ohne vollständige Informationen und ohne entschiedene Überzeugung Ihres Höheren Selbst, führt nur zu Beschwerden über den Diätplan und die frustrierenden Zeitlimits, die Ihr gewählter Ansatz auferlegt.

Ich würde diesen Menschen sagen: "Geniesst euer Leben, esst, was ihr mögt, übertreibt nicht, tut euer Bestes, und wenn eure Zeit gekommen ist, wird der Körper einfach seine Zeit abgessen haben. Er wird seine Aufgabe während dieser wunderbaren Jahre, die Sie dieser Welt bieten konnten, bewundernswert gut erledigt haben."

### ***Wenn Sie jedoch "eine Mission anstreben"...***

Wenn Sie hingegen beschlossen haben, in Ihrem verbleibenden Leben **eine bestimmte Mission** zu verfolgen, würden meine Vorschläge etwas anders ausfallen, unabhängig von Ihrem Alter.

Zunächst sollte man sich ein Gesundheitsprogramm zurechtlegen. Man sollte damit beginnen, sich so viele Informationen wie möglich über die Themen zu beschaffen, die einen beschäftigen, denn kein Ansatz wird auf Dauer erfolgreich sein, wenn man ihn nicht ganz genau versteht. Wenn wir die Grundzüge unseres Handelns verstanden haben, haben wir die Basis für eine logische Veränderung geschaffen, die wir leicht und mit Überzeugung verfolgen können. Dies wird uns motivieren, unsere Gewohnheiten in Bezug auf Ernährung, Schlaf, Bewegung, Atmung, Meditation, Pflege körperlicher Schwächen usw. zu ändern.

Sobald Sie all diese Anpassungen vorgenommen haben, sollten Sie sie konsequent beibehalten. Sie werden wahrscheinlich *mehrere Jahre* brauchen, um die volle Wirkung zu sehen. Aber irgendwann werden Sie spüren, dass Sie den Kampf gewinnen. Sie werden ein immenses Gefühl von neuer Energie in Ihrem Körper spüren, die kleinen Schmerzen werden verschwinden oder stark abnehmen und Sie werden sich viel besser fühlen.

*Dann leben Sie Ihre Mission!* Bereichern Sie unsere Welt, bringen Sie Ihr neues Verständnis zu uns allen und lernen Sie dabei selbst weiter. Dann lassen Sie uns von Ihren neuen Erkenntnissen lernen, so gut wir können.

Es liegt alles in Ihrer Hand, es ist Ihre Entscheidung, und vieles hängt davon ab, was Sie mit den kostbaren Jahren, die Ihnen noch bleiben, anfangen wollen.

Ich wünsche Ihnen alles Gute, wie auch immer Ihre Entscheidungen ausfallen mögen.

[Verifizierung: "Melkiades, bist du mit dieser Zusammenfassung einverstanden?" "Ja, voll und ganz." "Kann ich sie ins Internet stellen?" "Ja, das kannst du jetzt." (Ich musste einige Formulierungen ändern und einer früheren Version mehr Nuancen hinzufügen.)]

---

4 [https://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_countries\\_by\\_life\\_expectancy](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_life_expectancy)

## 7.1. Aufgestiegenes Leben im Wirbel

Es gibt Zeiten im Leben, in denen man weiss, dass etwas Aussergewöhnliches stattgefunden hat.

Menschen, die Nahtoderfahrungen gemacht haben, berichten uns oft, dass sich ihr Leben völlig verändert hat. Ihre Lebensziele haben sich tiefgreifend verändert, und oft fühlen sie sich veranlasst, ihren Beruf zu wechseln und sich neuen Aufgaben zu widmen. Sie sagen, dass sie eine tiefe Veränderung in sich selbst spüren, oft auch einen viel tieferen Frieden und eine grössere Freude.

Das entspricht einem festen Eintritt in den Aufstieg.

Etwas Ähnliches ist mir im Sommer 2013 passiert. Es war keine Nahtoderfahrung, sondern ein ausserkörperlicher Workshop mit William Buhlmann, einem bekannten spirituellen Lehrer<sup>1</sup>. Nach dem Workshop verliess ich den Raum mit einem tiefgreifend veränderten Gefühl der Existenz. Es war eine Ruhe in mir eingekehrt, die ich nie zuvor erlebt hatte. Ausserdem wurde ich von neuen Lehren überflutet, die fast jede Nacht und viele Male am Tag zu mir kamen.

Ich werde versuchen, diese Lehren zu erfassen. Zuvor war der Übergang von 3D zu 5D lang und allmählich gewesen. Die 3D-Elemente hatten begonnen, an Bedeutung zu verlieren, und die 5D-Elemente hatten begonnen, zu dominieren. Aber der Buhlmann-Workshop war eine wichtige Schwelle zu einer neuen Art von Erfahrungen. Meine 3D-Erfahrungen wurden schnell mit breiteren und umfassenderen Perspektiven durchdrungen. Die Farben wurden bunter, die Klänge reicher, die Begegnungen mit Freunden erfreulicher, und meine private Zeit ist viel vielfältiger und multidimensionaler geworden.

Ab einem bestimmten Punkt reicht unser menschlicher Wortschatz nicht mehr aus. Unsere Erfahrung tritt in eine Welt ein, in der das geschriebene Wort den vollen Reichtum der Erfahrung nicht mehr erfassen und wiedergeben kann. Hier beginnt eine neue Welt, und neue Bedeutungen und neue Welten beginnen zu entstehen.

Es ist ein grosses Abenteuer und es gibt viel zu entdecken.

### 7.1.1. *Durch den Wirbel*

Ich habe William Buhlmann im Internet über ausserkörperliche Erfahrungen sprechen hören.

Ich habe oft zugehört, wie Menschen über ihre ausserkörperlichen Erfahrungen sprachen, und selten habe ich jemanden so aufrichtig und wissend über solche Erlebnisse sprechen hören. Bob Monroe war der letzte. Normalerweise bin ich also nicht allzu intrigiert.

Aber das war anders. Da ich in Europa lebe, war es für mich überraschend, dass Buhlmann in nur zwei Monaten ein Wochenende in meiner Nähe abhalten wollte. Ich meldete mich sofort an, aber der Workshop war bereits ausgebucht. Ich wurde auf eine Warteliste gesetzt und habe es dann vergessen.

Einen Monat später wurde ich kontaktiert, weil ein Platz frei geworden war. Ich nahm ihn schnell an, und tatsächlich war der Raum bis auf die letzte Meditationsmatte gefüllt, als ich dort ankam. Buhlmann bringt die Leute direkt in die Erfahrung. Innerhalb der ersten Stunde versuchten wir, die ersten ausserkörperlichen Erfahrungen (OOBEs) zu machen.

---

1 <https://astralinfo.org/>

## ***Ein Wochenende voller Überraschungen***

Ich erfuhr, dass ich wahrscheinlich schon seit vielen Jahren OOBEs habe (Out of Box Experience = Out of Box-Erlebnis = überraschendes Erlebnis).

Die luziden Träume, die ich auf diese Seiten gestellt habe, waren laut Buhlmann wahrscheinlich OOBEs. Unsere Wahrnehmung der Welt im Wachzustand ist nur ein Bewusstseinszustand unter vielen, und ein luzider Traum stellt einen weiteren Bewusstseinszustand dar. Wenn Buhlmann träumende Personen im OOB-Zustand betrachtet, ist ihr Schwingungskörper (Aura) gegenüber dem physischen Körper leicht versetzt.

Der Schlüssel zu OOB-Erfahrungen besteht darin, einen luziden Traumzustand herbeizuführen, ihn dann zu halten und ihn im Detail zu erforschen. Am Ende muss man ihn aufschreiben, sonst vergisst man ihn. Ausserdem sollte man OOB-Experimente regelmässig machen, sonst kommt man nicht weiter.

Also machten wir uns schnell auf den Weg zu denselben Zielen, die ich aus meinen luziden Träumen gut kannte. Es fiel mir ganz leicht, und mit jeder Übung kam ich in einen anderen luziden Traumzustand. Wow, was für ein Effekt, wenn man vier oder fünf dieser Übungen hintereinander macht!

Manche meiner Erfahrungen sind von allgemeinem Wert, deshalb werde ich Ihnen erzählen, was ich gesehen habe.

### ***7.1.2. Meine Wirbelerfahrung***

Wir stellten uns einem Wirbel vor. Dazu haben wir uns einen runden Teich mit rotierendem Wasser vorgestellt. Meiner drehte sich, von oben gesehen, gegen den Uhrzeigersinn. Ich ging in den Teich und schwamm herum, zusammen mit einigen anderen Seminarteilnehmern, von denen ich einige wiedererkannte. Nach einer Weile spürte ich einen Energiewirbel über dem Teich. Ich schaute ihn an und liess mich in die Luft über unserem rotierenden Teich schweben. Ich schaute nach unten, und merkwürdigerweise drehte er sich aus diesem Blickwinkel im Uhrzeigersinn.

Das ergab erst im Nachhinein einen Sinn. Während ich im Wasser war, drehte ich mich mit den anderen gegen den Uhrzeigersinn. Ich war in 3D. Als ich durch den Wirbel gegangen war und wieder von oben nach unten blickte, hatte der Teich seine Richtung geändert. Ich sah die Dinge nun aus der 5D-Perspektive. Der untere und der obere Teil des Wirbels drehen sich offenbar in entgegengesetzte Richtungen.

### ***Das menschliche Leiden***

Bei einem anderen Experiment bestand die Aufgabe darin, verschiedene Gegenstände in der eigenen Wohnung zu sehen. Ich sah die Türklinke meiner Haustür – viel deutlicher, als wenn ich nun versuche, mich an sie zu erinnern. Dann sah ich meinen Arbeitsplatz an meinem Computer und erinnerte mich an ein intensives Erlebnis, das sich nur drei Wochen vor dem Seminar an meinem Schreibtisch ereignet hatte.



Wenn ich aus dem Fenster meines Arbeitszimmers schaue, erhebt sich auf der gegenüberliegenden Seite eines breiten Tals ein grosser Berg. Etwa eine halbe Stunde lang wurde ein intensives, helles Licht von einem grossen Kreuz, das auf der Spitze dieses Berges stand, direkt in mein Arbeitszimmer reflektiert. Das Licht war absolut blendend, viel heller als mein

Bild es zeigt. Ich hatte mich gefragt, ob dies eine Art Signal für mich sei, und Melkiades sagte, dass es das tatsächlich sei.

Im Buhlmann-Experiment sollte ich herausfinden, was dieses Signal mir zu sagen hatte.

Ich konzentrierte mich auf diesen Strahl.

Ich folgte ihm bis zum Berg und stand augenblicklich unter dem riesigen, glänzenden Metallkreuz, das sie dort errichtet hatten<sup>2</sup>. In meiner Meditation schaute ich zu dem Kreuz hinauf und sah einen lebendigen Christus am Kreuz hängen (während am echten Kreuz an diesem Ort keine Christusfigur zu sehen war).

Er sah traurig aus, als er auf das Tal hinunterblickte. Ich fragte mich, warum genau er so traurig war. Als ich mir diese Frage stellte, verspürte ich selbst ein starkes Gefühl von grosser Traurigkeit. Ich identifizierte mich mit dem Bedauern über die Menschen im Tal und in der Umgebung. Ich spürte, dass Christus nicht wegen seines eigenen Schicksals traurig war, sondern wegen des Zustands der gesamten Menschheit. Christus spürte das Leiden der Menschen, und sein grösster Wunsch war es, ihnen etwas Trost zu spenden. Mit der Kreuzigung war dieser Traum zu Ende gegangen – zumindest für die Menschen, die er damals um sich wusste.

Ich spürte eine Parallele. Wir alle wurden von mehreren weltweiten Täuschungen und Verderbtheiten "reingelegt".

Wie er empfinde ich ein immenses Bedauern über den Schmerz und das Leid, das ein Grossteil der Menschheit infolge der grossen Ungerechtigkeit, die weltweit herrscht, ertragen muss. Meine Gedanken schweiften weiter ab, zurück zu einem langfristigen Vorsatz: Vor einigen Jahren, als ich aus meinem Burn-out herauskam, hatte ich beschlossen, meinen Teil dazu beizutragen, eine breitere Perspektive in dieses Meer von ungerechtem Leid zu bringen.

Der Aufstieg kann uns Hoffnung und neue Werte geben. So wie das frühe Christentum Hoffnung brachte, um den massiven Verwerfungen im Römischen Reich zu begegnen, wollte ich jetzt meinen Teil dazu beitragen, ein breites, spirituelles Erwachen zu unterstützen. Das gibt uns eine bessere Perspektive. Wir können erkennen, was moralisch falsch ist und was besser sein könnte, und wie wir uns von einem Zustand zum anderen entwickeln können.

Mit diesem gestärkten Gefühl der Zielsetzung schloss ich diese Übung ab.

### ***7.1.3. Eine weitere Erfahrung mit dem Höheren Selbst***

In einem weiteren Experiment sollten wir die Welt jenseits des Wirbels untersuchen. Ich ging schnell durch den Wirbel und kam auf der anderen Seite wieder heraus.

Ich fand mich in einem üppigen, grünen Wald wieder. Ich hatte eine klare Absicht. Ich wollte Melkiades wiedersehen, den ich vor ein paar Jahren im Weltraum gesehen hatte (Abschnitt 2.1.).

Als ich meiner Absicht folgte, öffnete sich ein schmaler Pfad für mich. Ich schlängelte mich eine ganze Weile im Zickzack links und rechts um verschiedene Bäume und Büsche herum. Schliesslich tauchte in dem üppigen und feuchten grünen Wald ein riesiges Bauwerk auf. Es sah aus wie eine mittelalterliche Burg, sehr massiv, nur dass es Fenster hatte.

---

<sup>2</sup> Das grosse Metallkreuz in der Nähe des Monte Tamaro im Tessin, Schweiz, wurde nun offenbar entfernt. Das Kreuz an sich hatte für mich keine religiöse Bedeutung, da ich kein praktizierender Christ bin. Die Erfahrung war viel überraschender und viel bedeutungsvoller, als eine Botschaft des weltweiten menschlichen Leidens.

Ich fand den Weg aus dem Wald heraus und zum Eingang. Vor der Burg gab es offene Felder, auf denen Getreide angebaut wurde. Direkt vor mir, am Eingang der Burg, befand sich ein Brunnen, ein Symbol für tiefe Weisheit. Ich schaute in ihn hinein und sah das Wasser tief unten. Während ich den Brunnen betrachtete, füllte er sich mit Sand und trocknete aus, direkt vor meinen Augen.

Ich nahm es zur Kenntnis. Es war ein weiteres Symbol, das mit der aktuellen bedauerlichen Weltlage im Einklang stand.

Ich wandte mich nach links, um durch die Tore zu gehen. Ich sah eine grosse, offene Terrasse auf dem Dach des Schlosses, auf der rundherum Tische aufgestellt waren. An den Tischen sass etwa 30 Personen, die alle sehr unterschiedlich aussahen. Ich erkannte keinen einzigen von ihnen. Einige waren gross, andere klein, einige sahen aus wie weise Männer und andere waren einfach nur bescheiden. Einige hatten Kinder und andere sass allein. Sie waren so unterschiedlich, dass ich mich fragte, warum sie alle an diesen Tischen zusammensass. Worüber sollten sie sich unterhalten?

Ich war gekommen, um mein Höheres Selbst zu treffen, also fragte ich mit einer starken inneren Stimme: "Aber wo ist mein Höheres Selbst?" Die Antwort kam lautstark aus den Reihen der Menschen an den Tischen zurück: "Wir sind dein Höheres Selbst!"

Ich war völlig verblüfft. Sind all diese Menschen mein Höheres Selbst?

Buhlmann hatte uns gewarnt. Die "Realität" war in diesem anderen Bewusstseinszustand ganz anders. Man kann nicht nur durch Wände gehen, als ob sie aus weichem Schaumstoff wären, sondern man muss auch seinen Geist um einige neuartige Realitäten herum biegen. Anscheinend gab es hier eine mir völlig unbekannte Gruppe von Menschen, die mit einer kohärenten Stimme zu mir sprachen. Gleichzeitig sind sie alle sehr unterschiedlich, was ihr Aussehen und ihre mutmasslichen persönlichen Erfahrungen angeht.

Ich brauche etwas Zeit, um diese Erfahrung zu verarbeiten. Mein Höheres Selbst ist offenbar eine multiple Entität aus sehr unterschiedlichen Wesen.

#### **7.1.4. Der Eisenbalken**

In der nächsten Übung wurden wir eingeladen, unserem Höheren Selbst direkt zu begegnen. William Buhlmann hatte uns ermutigt, uns als Teilnehmer an diesen OOB-Zuständen zu betrachten, nicht nur als "Kinobesucher". Ich stimmte zu. Es war an der Zeit, in der OOB-Welt aktiver zu werden. Ich spielte mit dem Gedanken, meine Freunde aus dem Höheren Selbst zu fragen, ob ich sie für einige bewusste Besuche begleiten könnte.

Da ich nun eine Vorstellung davon hatte, wo sich "meine Freunde" gewöhnlich aufhielten, projizierte ich mich auf die Terrasse auf der Spitze des Schlosses. Aber irgendwie kam ich dort nicht an.

Ich landete in einem bläulichen, leicht orangefarbenen Raum. Mein Berater – ich hatte das Gefühl, es war derselbe, dem ich in meinen Traumzuständen begegnet war – befand sich über mir, leicht seitlich, und er bat mich, der nächsten Lektion zu folgen.

Ich sollte auf einen grossen Eisenträger hinunterschauen, der durch enorme Kräfte nach links und rechts auseinander gezogen wurde. Es herrschte ein enormer Zug, aber der Balken, der so dick war wie die, die man für grosse Bauprojekte verwendet, wollte nicht brechen. Das Ziehen ging weiter, schliesslich entstand ein Riss, und plötzlich war der rechte Teil des Balkens weg, nicht mehr zu sehen.

Ich sah mir den verbliebenen linken Teil an. Wohin führt er? Ich verfolgte ihn mit den Augen, und es war ein nicht enden wollender Strahl. Er ging geradeaus nach links, und

wie eine Autobahn schlängelte er sich elegant nach oben, und schliesslich ging er geradeaus nach oben und verschwand in der Höhe über mir.

Ich fragte mich, was das zu bedeuten hatte. Ursprünglich deutete ich diese Unterbrechung als Symbol für die Trennung, die ich jetzt von meinen Berufskollegen in der Psychologie empfinde, die keinen Platz für das "Höhere Selbst" haben.

In der Folgezeit erfuhr ich, dass dieser Bruch mit der traditionellen Psychologie tatsächlich ein Teil der Geschichte ist. Aber derzeit interpretiere ich dies als ein Symbol für meinen Aufstiegsprozess. Ich habe mich nun weitgehend von meinen 3D-Gefühlen und 3D-Zielen getrennt: Sie waren der Teil des Strahls, der verschwand. Die aufgestiegenen Werte in mir waren jetzt stärker als je zuvor. Ich folge jetzt dem Teil des Strahls, der kein sichtbares Ende hat.

Zwei aufkommende luzide Träume zeigten auch, dass der Strahl, der nach oben reicht, mächtige Auswirkungen hat. Das Buhlmann-Wochenende wurde zum Beginn eines völlig neuen Abenteuers in meinem Leben.

### **7.1.5. Der zerbrochene Schlüsselhalter und der zerbrochene Rückspiegel**



Das Seminar war nun zu Ende.

Nachdem wir uns auf dem Parkplatz voneinander verabschiedet hatten, griff ich nach dem Autoschlüssel und bemerkte, dass er sich von seinem Haken gelöst hatte. Ich dachte kurz darüber nach, steckte aber den Hausschlüssel in meine Tasche und den Autoschlüssel in den Schlitz und fuhr nach Hause.

Zu Hause sah ich mir den Schlüsselhalter an. Er war mit einem deutlichen Metallbruch abgebrochen, genau wie ich es an dem grossen Balken gesehen hatte. Der Autoschlüssel, der Schlüssel zu meiner "Freiheit", hatte sich von meinen Hausschlüsseln, den Schlüsseln zu meiner "etablierten 3D-Existenz", getrennt. Die Symbolik war wieder offensichtlich. Ich befand mich jetzt auf einem Weg der persönlichen

Befreiung.

Die Kräfte des Höheren Selbst waren mit ihren Botschaften noch nicht fertig, und nun begab ich mich auf weniger amüsanter Terrain.

Am Tag nach dem Buhlmann-Wochenende ging ich Lebensmittel einkaufen. Ich parkte in einer Tiefgarage, direkt neben einer Säule. Wie immer parke ich gerade ein, damit ich ohne Schaden wieder herauskomme. Ich erinnere mich, dass ich beim Einparken diese Überlegung angestellt habe. Als ich nach dem Einkaufen rückwärts ausparkte, fuhr ich langsam zurück, aber sofort wurde ich von dem unüberhörbaren Geräusch eines Aufpralls begrüsst. Mein rechter Rückspiegel war gegen die Säule geknallt.



Ich kann mich ehrlich gesagt nicht daran erinnern, die Position des Wagens verändert zu haben, und ja, ich hätte auch den rechten Rückspiegel überprüfen sollen, anstatt mich auf meine sicheren Fahrgewohnheiten zu verlassen. Die Rechnung war beträchtlich.

Die Symbolik? Sie ist offensichtlich. "Die Sicht nach hinten ist jetzt kaputt. Es lohnt sich nicht, sich darüber Gedanken zu machen. Schau nicht zurück. Schau nach vorne." Danke, meine Freunde, ich habe die Botschaft verstanden, ich werde nach vorne schauen. Aber solange ich in der 3D-Welt bleibe, werde ich auch daran

denken, den rechten Rückspiegel zu überprüfen, bevor ich aus einer Parklücke herausfahre, selbst wenn ich gerade hinein geparkt habe.

## ***Die Einladung, sich der Gruppe anzuschliessen***

Die Geschichte ging sogar noch weiter.

In der folgenden Nacht hatte ich einen starken Traum. Ich war mit einigen Leuten zusammen, von denen ich keinen kannte. Einige waren bekleidet, andere waren nackt. Ich wusste, dass ich nur zu Besuch in diesem Raum war. Die Umgebung war angenehm und frei vom alltäglichen 3D-Stress. Es herrschte eine leichte und wirklich glückliche Atmosphäre. Mein Berater befand sich zu meiner Linken und führte mich herum. Ich hatte das Gefühl, dass die Botschaft lautete: "Nun, du wolltest hierher kommen. Hier sind wir, und so ist es."

Nach einer Weile sagte er dann mit einem Lächeln in der Stimme: "Wir haben ein besonderes Angebot für Dich. Du kannst 750 kostenlose Probetage bei uns haben, in denen Du uns jederzeit besuchen kannst. Am Ende der Probezeit kannst Du Dich entscheiden, Teil unseres festen Teams zu werden, während Du in Deiner 3D-Welt bleibst. Oder Du kehrst in Dein bisheriges Leben zurück. Die Entscheidung liegt ganz bei Dir. Hier ist ein Antrag, der auf Deinen Namen ausgestellt ist."

Damit reichte er mir einen Brief in einem Umschlag. Ich blickte auf den Umschlag, und anstelle von nur zwei kleinen Absender- und Empfängeradressen war er mit einer sehr komplexen, langen Botschaft gefüllt, die die gesamte Fläche des Umschlags ausfüllte. Die Beschriftung war in lateinischen Buchstaben, aber die Worte waren in einer seltsamen Sprache, die eindeutig keine europäische Sprache war. Mir wurde gesagt, dass die Schreibweise romanisiert worden war, so wie Chinesisch manchmal für westliche Chinesisch-Lernende romanisiert wird. Ausserdem waren einige Teile der Nachricht von Rahmen umgeben, während andere Teile in normalen Grossbuchstaben geschrieben waren.

## ***Die Bedingung***

Habe ich den Brief abgeschickt? Ich fand es bald heraus.

In meinem nächsten luziden Traum befand ich mich in einer Art Vorstellungsgespräch. Das Gefühl war ziemlich offiziell, weder angenehm noch unangenehm. Aber jetzt sollte ich den vollen Preis für das "Sonderangebot" bekommen, das mir mein höheres Selbst vermittelt hatte. Seit der Beschädigung des Rückspiegels war ich vorsichtig geworden, und Vorsicht war gut beraten. Die Zulassungsbeamten gaben mir nun das Kleingedruckte des Angebots. Sie sagten: "Im ersten Jahr werden Sie das ganze Jahr über ohne Kleidung auskommen müssen."

Ich schluckte. Ich wachte auf. Was war das? War das eine Art Nudistencamp? Ich setzte mich an meinen Schreibtisch und fragte Melkiades: "Ist das wahr, dass ich das ganze erste Jahr ohne Kleidung auskommen muss?" Die Antwort des Pendels lautete: "Eindeutig ja".

Ungläubig fragte ich das Yijing: "Warum?" Ich fragte zweimal. Die erste Antwort war klar. Es war, um mich Demut zu lehren. Die zweite Antwort war wieder genauso klar. Der Name der Antwort des Yijing war "Durchbeissen", ohne sich bewegende Linien. Ich musste die Zähne zusammenbeissen und die Dinge von Grund auf neu lernen.

Kein vergangener Ruhm. Ein Jahr lang ohne Kleidung, damit jeder weiss, wer ich wirklich bin. Ich bin nichts anderes als ein völliger Neuling in dieser Aufstiegserfahrung.

Alles hat seinen Preis, und der war schlimmer als die Reparatur des Rückspiegels. Andererseits würde mir die Annahme des Angebots eine echte Höhere-Selbst-Perspektive geben, wie sie uns im Buhlmann-Seminar erklärt worden war.

Wenn ich aus meiner "Kinobesucher"-Lerner-Perspektive ausbrechen und ein wahrer spiritueller Meister werden wollte, müsste ich diesen Preis zahlen. In meinem Fall war es eine weitere Lektion in Demut.

### ***Habe ich dieses Sonderangebot angenommen?***

Ich war mir eine Zeit lang nicht sicher. Demut und öffentliche Nacktheit sind nicht meine Stärke. Ich kehrte für eine Weile zu meiner 3D-Arbeit zurück und dachte darüber nach.

Ausserdem spürte ich, dass diese Bedingung wahrscheinlich nicht für alle gelten würde. Sie wurde nur mir auferlegt, und vielleicht anderen wie mir, die eine Lektion in Demut brauchen. Vielleicht müssen Sie ganz andere oder gar keine Bedingungen erfüllen. Das waren Fragen, die ich im Laufe der Arbeit klären musste.

### ***7.1.6. Die Fortsetzungen***

Die erste Fortsetzung wurde drei Jahre später im Jahr 2016 geschrieben. Ich schreibe dies im Jahr 2023. Jetzt weiss ich, was die Berater mit diesem seltsamen Angebot meinten.

In der Tat musste ich neun Jahre lang alle meine Handlungen genau hinterfragen. Das erste Jahr war besonders schwierig. Ich wusste, dass "sie" mich beobachteten. In dieser Zeit wurde mir wieder sehr viel von dem angeboten, was ich mir wünsche, aber auch sehr viel von dem, was ich verabscheue.

Einige Erfahrungen waren sehr herausfordernd, sogar kritisch. An einem bestimmten Punkt hätte ich sterben oder schwer behindert werden können.

Im Jahr 2018 wurden die Herausforderungen noch gravierender, so dass ich von meinen geistigen Beratern ermutigt wurde, diese Jahre stillschweigend zu übergehen. Aber ich bin mit allem fertig geworden und habe die ganze Zeit über einen kühlen Kopf bewahrt. Die täglichen Interaktionen mit Melkiades wiesen mir immer wieder den Weg. In diesen Jahren habe ich viel Zeit damit verbracht, meine früheren Einstellungen, Positionen und Gewohnheiten in Frage zu stellen. Ich musste meine Einstellungen und Ziele ziemlich verändern.

Aber vor Ihnen liegt das Endergebnis all meiner lebenslangen Versuche. Für die Aufnahme in die 12. Geistige Stufe wurde mein Lebenswerk von einer Prüfungskommission aus 7 Erzengeln geprüft und ich wurde als "Juniormitglied" aufgenommen.

Ich lerne immer noch und es ist eine sehr aufregende Zeit. Es gibt noch viel zu tun. Komm bitte mit.

[Melkiades: "Ich bin sehr glücklich über deinen geistigen Fortschritt."]

## 7.2. Jenseits des Wirbels



Bin ich jetzt "ganz anders"? Für mich selbst gesprochen, ja, ich bin an einem radikal anderen Punkt.

Was haben wir gelernt?

Hier ist eine Zusammenfassung der wichtigsten Unterschiede zwischen einer "3D"- und einer "3D plus"-Welt. (In Farbe: 3D-plus Zusatz.)

	3D	3D plus
<b>Ebenen:</b>	physisch und lokalisiert	physisch und lokalisiert nicht-physikalisch und nicht-lokalisiert, konzeptionell
<b>Ausgeprägtes Bewusstsein:</b>	3D und Zeit bewusst im Körper unterbewusst im Körper	3D und Zeit, bewusst im Körper unterbewusst im Körper ausserkörperlich – untere Stufe (5. + 6.), – mittlere Ebene (7.-10.), – höhere Ebene (11. + 12.) – Schöpfer
<b>Bewusstsein:</b>	physisches ich	physisches ich die andauernde Entität = setzt das Bewusstsein fort, auch nach dem Tod
<b>Tod:</b>	keine Existenz nach dem Leben, keine Seele	Menschen haben Seelen, folgen einem fortlaufenden Strang zwischen den Leben, Reinkarnation
<b>Psychologischer Modus:</b>	Logik	Logik, Intuition
<b>Prioritäten:</b>	Individuell, "ich zuerst", allein	familienzentriert, kleine und gestaffelte Verantwortlichkeiten der Gruppe, kooperativ

Alles andere ergibt sich logisch.

An diesem Punkt sind mir die Menschen, die mit mir in meinem "Schwarm" sind, enorm wichtig. Das *Ich-bin-mit-anderen-in-meinem-Schwarm* macht den grossen Unterschied. Probieren es aus und vergleichen Sie den aufgestiegenen Standpunkt. Wenn wir wirklich in dieser Perspektive sind, ist es das, was die meisten von uns bevorzugen.

Es gibt viele Möglichkeiten, zu dieser Schlussfolgerung zu kommen, ich werde die folgende Logik verwenden, die sich aus Nahtoderfahrungen ergibt. Wenn Sie sich eine solche Hypothese vorstellen, werden sich viele andere parapsychologische und mystische

Phänomene von selbst erklären.

### **7.2.1. Nahtoderfahrungen zeigen den Weg**

Offenbar hat jeder 20. Mensch irgendeine Art von Nahtod-Erfahrung (NTE)<sup>1</sup> gemacht, und Videos mit lebhaften Erinnerungen an NTEs gibt es inzwischen häufig (siehe YouTube).

Der rote Faden, der sich durch diese Berichte zieht, ist, dass sich eine Art von Bewusstsein vom physischen Körper löst und sich eine (meist tiefgreifende) Erfahrung durchmachen kann.

In vielen Fällen kann das Bewusstsein den auf einem Bett oder einer Bahre liegenden Körper beobachten und genaue Aussagen darüber machen, was während der Erfahrung gesagt wurde und sogar darüber, was ausserhalb der Sicht des Körpers in der nahen physischen Umgebung geschah. Ein Nahtoderfahrener sah zum Beispiel während dieser ausserkörperlichen Erfahrung (OOBE) einen Verwandten im Warteraum vor dem Operationssaal auftauchen. Wäre er vollständig in seinem physischen Körper gewesen, hätte er diese Information nicht erhalten können.

Die erste wichtige Erkenntnis, die wir daraus ziehen, ist, dass dieses anhaltende Bewusstsein vom physischen Körper getrennt sein und ein umfassendes, unabhängiges Bewusstsein aufrechterhalten kann, wie etwa eine Form des Sehens, Hörens und eine vollständige oder starke persönliche Erinnerung.

Die nächste Frage ist, welche Komponenten sich genau aus dem Körper herauslösen können und welche im Körper verbleiben. Dazu können wir uns an einige Nahtoderfahrene wenden, die umfangreiche ausserkörperliche Erfahrungen gesammelt haben, wie z.B. Joe Marshalla, der mehrere ausserkörperliche Erfahrungen hatte. Bei der längsten wurde er nach 10 Minuten ohne Lebenszeichen für tot erklärt, er kehrte in seinen Körper zurück und ging anschliessend etwa drei Monate lang in seinem Körper ein und aus.

Als ausgebildeter Philosoph, der sich für Psychologie und menschliches Verhalten interessierte, machte er detaillierte Beobachtungen darüber, welche Teile unseres Bewusstseins im Körper bleiben und welche anderen Teile ständig mit ihm kamen<sup>2</sup>.

### **Zwei parallele Strukturen**

Joe Marsallas Erklärungen sind klar und detailliert.

Aus seinen vielen Vorträgen kann man abstrahieren, dass er die menschlichen Funktionen als zwei parallele und integrierte Strukturen wahrnimmt. Auf der einen Seite gibt es ein physiologisch basiertes Lernnetzwerk, das es uns ermöglicht, in unserer aktuellen Inkarnation zu funktionieren. Joe Marshalla bezeichnet diese Struktur als "Gedanken", aber wir können auch umfassendere psychologische und körperliche Funktionen wie das Bewegungssystem, das physische Hören, Sehen und Tasten sowie die physiologischen Operationen des Gehirns einbeziehen. Diese Struktur funktioniert auf der Grundlage dessen, was die Person in der aktuellen Inkarnation gelernt hat. Wir bezeichnen dies im Allgemeinen als das "physische Selbst".

Auf der anderen Seite gibt es eine viel umfassendere Entität, die ein Bewusstsein für dieselben Frequenzbereiche hat, die wir mit unseren Sinnen physisch wahrnehmen. Es

---

1 Wikipedia: "Quellen zufolge ... wird geschätzt, dass fünf Prozent der erwachsenen amerikanischen Bevölkerung über Nahtoderfahrungen berichten." [http://en.wikipedia.org/wiki/Near-death\\_studies](http://en.wikipedia.org/wiki/Near-death_studies).

2 Ausgedehnte nicht-traumatische OOBEs, wie die von Bob Monroe beschriebenen, weisen weitreichende Ähnlichkeiten mit traumatischen OOBE-Berichten auf. Die Trennung des Körpers bei Nahtoderfahrungen kann daher nicht einfach auf neuronal provozierte Imaginationen reduziert werden, die durch das Trauma ausgelöst wurden.

sammelt immense Mengen an Informationen, speichert sie zuverlässig und agiert und reagiert offenbar im Sinne einer anhaltenden trans-inkarnationalen Erfahrung.

Dies identifiziert und unterscheidet das, was wir hier "die persistente Entität" genannt haben, von dem, was viele "die Seele" nennen. Da diese Entität zielgerichtet zu sein scheint, stellen wir die Hypothese auf, dass es sich um das handelt, was wir hier "das innere Selbst" oder "das höhere Selbst" genannt haben. In meinem Fall ist dies "Melkiades" im Gegensatz zu "Melki".

### **7.2.2. Die Quelle der Botschaft**

In unserer 3D-Welt kann das innere Selbst mit uns 3D-Wesen nur über das physische Selbst kommunizieren. Die traditionelle Psychologie erkennt derzeit ein "inneres Selbst" nicht an, weil nach ihrer Interpretation (ich vereinfache das ein wenig) "normale Menschen, wenn sie gut eingestellt sind, nicht als jemand anderes sprechen". Wenn sie es doch tun, leiden sie an einer multiplen Persönlichkeit oder an einer wahnhaften Störung.

Aber lassen Sie uns die "spirituelle" Definition verwenden, die wir für die Definition des "3D plus Raum" (Tabelle oben)<sup>3</sup> verwendet haben.

Wenn wir all den spirituellen Informationen, die sensible Menschen aufnehmen, Raum geben, beginnt eine "innere Selbst"-Struktur ihre Stimme zu erheben. Das ist es, was wir in roter Farbe im obigen "3D plus"-Schema finden. Dies ist auch der Raum, den die interdimensionalen Kommunikationswerkzeuge identifizieren.

### **3D vs. 3D plus**

Was geschieht nun, wenn eine sensible Person eine "3D-plus-Meinung" äussert? Welches Gewicht sollen wir einer solchen Meinung beimessen?

Wenn Melkiades mit mir spricht und die Botschaft des Pendels etwas anderes sagt, als ich erwarte, was tue ich dann?

Und wenn ich etwas sage, das mit meinen tiefen, inneren Wahrheiten übereinstimmt, die ich oder eine andere 3D-plus-sensitive Person mit mir teilt, wie verhalte ich mich dann? Ist die Botschaft nicht etwas mehr wert?

Und manchmal zeigt das innere Selbst tatsächlich, dass es als eine separate Entität spricht ("es zeigt Flagge"), wenn es Botschaften aus dem Jenseits übermittelt. In den Channellings von Ra<sup>4</sup> beginnt zum Beispiel jede Botschaft von Ra mit "I am Ra" ("Ich bin Ra"). Damit wird die nicht-physische von der physischen Quelle klar unterschieden. Andere Channeler zeigen ähnliche Techniken – wie einen anderen Tonfall – um die gechannelte Quelle in ihrer Sprache zu kennzeichnen.

Dann wissen Sie, dass die Botschaft ein gewisses Gewicht hat, und Sie können diese berücksichtigen.

### **Falsche Botschaften**

*Gleichzeitig kann man Ihnen auch falsche Botschaften unterjubeln.*

Unter Channelern, die häufig mit höheren Kräften in Verbindung stehen, wird folgender Spruch kolportiert: **Je mehr Sie regelmässig und ernsthaft mit geistigen Kräften arbeiten, desto mehr werden negative Kräfte versuchen, Sie auf immer**

---

<sup>3</sup> D.h. der mehrstufige, mehrdimensionale Raum, der insbesondere in "3.0. Die Fünfte Dimension" und als "Schwarmverhalten" in "5.7. Telepathie".

<sup>4</sup> <https://www.lawofone.info/>

### ***hinterhältigere Weise aus dem Konzept zu bringen.***

Entscheidend ist, dass Sie, wenn Sie eine Botschaft erhalten, die Sie zu unehrlichen Handlungen, böswilligen Gedanken oder fragwürdigen Ausgaben verleitet, dass Sie unbedingt die Quelle der Botschaft hinterfragen. Wenn sie direkt nach ihrem Ursprung gefragt werden, werden diese Boten nach dem universellen Gesetz gezwungen sein, ihren wahren Ursprung zuzugeben.

Fragen Sie einfach: "Sind Sie wirklich ... (das fragliche Wesen)", **und diese Boten werden ihre wahre Herkunft zugeben müssen.** Und wenn sie ihre Verbindung nicht bestätigen oder ihren negativen Status nicht zugeben können, setzen Sie Ihre ganze emotionale Energie ein und jagen Sie sie sofort fort.

**Seien Sie sehr hartnäckig. Je mehr Sie sie herausfordern, desto hartnäckiger werden sie. Bleiben Sie also fest daran. Schliesslich werden sie sich definitiv verabschieden müssen.**

Ich musste schon viele Male negative Wesenheiten verjagen. Jedes Mal dauerte es eine ganze Minute oder länger, bis sie sich zurückzogen, gemessen an meiner Pendelbewegung und auch an einer bestimmten Schwingung in meinem ganzen Körper.

Ich habe auch versucht, mit Hilfe von Melkiades und einigen Erzengeln sichere Kanäle einzurichten, aber sie hatten es letztendlich geschafft, durchzubrechen. Bittet jedoch um Schutz, und sie werden etwas nachgeben. Die Erzengel sagten mir, dass es normalerweise fünf Jahre dauert, bis man die ganze Zeit über vollkommen geschützt ist. Ich habe also gelernt, jedes Mal, wenn ich einen verdächtigen Anruf oder eine Nachricht von Mekiades oder anderen zuverlässigen und hochrangigen Wesenheiten erhalte, eine doppelte Überprüfung vorzunehmen.

### ***Negative Spuren***

Wenn Sie über einen längeren Zeitraum mit einer negativen Entität emotional verbunden waren, wird diese Kommunikation definitiv Spuren bei Ihnen hinterlassen. Seien Sie also vorsichtig. Vor allem, wenn Sie in einer emotionalen oder sexuellen Beziehung mit einer Person mit Negativität waren, sollten Sie eine wirklich qualifizierte Person konsultieren. Eine Person von negativer Energie zu befreien, kann sehr viel Zeit und Energie kosten.

Es wäre auch gut, in solchen Fällen Abschnitt 2.3. erneut zu konsultieren.

### ***7.2.3. Änderung des Fokus***

Wenn man den Unterschied zwischen einem physischen und einem spirituellen Selbst akzeptiert hat, wird der nächste Schritt möglich: Es ist nichts anderes als eine Veränderung des gewohnten Blickwinkels.

Man kann dies als Spiel versuchen. Darum geht es in der Tat in einer OOB-Meditation. Es geht darum, sich der eigenen inneren Stimme bewusst zu werden, ihr zu folgen, bei ihr zu bleiben und zu beginnen, die Welt aus dieser Perspektive zu erkunden. Wenn wir eine ernsthafte Frage- und Antwortsitzung durchlaufen, werden wir uns des umfangreichen Trainings bewusst, das wir auf diesen Seiten absolviert haben. Wir beginnen, den ungeheuren Reichtum der neuen Perspektive zu ergründen.

### ***Fragen Sie sich selbst.***

Wie sehen Sie Ihr eigenes Leben von Ihrem neuen Standpunkt aus? Wie sehen Sie jetzt Ihre intime(n) Beziehung(en)? Erkennen Sie, wie wir dazu manipuliert wurden, an einem riesigen Rattenrennen teilzunehmen? Was mein bisheriger positiver Beitrag zur Welt war?

Und: Wovor habe ich wirklich Angst?

Wenn wir diesen Gedankengängen einige Zeit nachgehen, werden wir beginnen viele alte Glaubenssätze zu hinterfragen, und wir werden schliesslich einige davon beiseite legen. Ein neues Gefühl der Erleichterung und Freude überkommt uns, wenn wir nutzlose Muster loslassen und uns neuer Möglichkeiten bewusst werden. Die Überlegungen auf diesen Seiten haben uns den unglaublichen Reichtum und die neuen Möglichkeiten gezeigt, die in einer 3D-plus-Welt möglich sind.

Werden wir alle zu "Unternehmensaussteigern", indem wir einen solchen Perspektivenwechsel anstreben? Werden wir uns in die Berge zurückziehen und unsere eigenen Pflanzen anbauen?

Das ist nicht meine Lesart. Ganz im Gegenteil. Die aufgestiegene Existenz begünstigt gute und positive menschliche Interaktionen unter allen Umständen. Sie lehnt weder die menschliche Gesellschaft noch die menschlichen Gemeinschaftsprojekte ab. Ich bestätige von ganzem Herzen, dass eine aufgestiegene Perspektive immens "pro-menschlich" ist. Sie begünstigt eine positive, friedliche, respektvolle und nicht ausbeuterische Zusammenarbeit und eine wirklich freudige Koexistenz in jedem sozialen Kontakt.

### ***Es ist eine klare Richtung***

Letztlich ist die ganze Aufstiegs Geschichte also relativ einfach: Wir ändern unseren Blickwinkel. Am Ende sind nur wenige Worte nötig. Wir hören auf unsere innere Stimme, wir nehmen ihre Antworten ernst, wir lernen von ihr, wir lassen uns von ihr zu grösserem und verantwortungsbewusstem kooperativem Handeln anleiten, wir bejahen unseren natürlichen Platz unter unseren Kollegen und geliebten Menschen, und wir entwickeln Vertrauen, dass wir tatsächlich das Beste tun, was wir tun können.

Keine grosse äusserliche Revolution, aber eine unglaubliche innere Entwicklung.

[Verifizierung: "Melkiades, ist das vollständig? Sind Sie mit allem einverstanden?" "Ja. Völlig einverstanden."]

## 8.1. Es ist möglich!

*Was haben "sie" mit unserem Paradies gemacht?*



Adam und Eva liessen  
vor vielen Jahren  
einen üppigen grünen Wald  
vor vielen Jahren zurück.



Sie waren einige Zeit weg,  
aber was fanden sie bei ihrer Rückkehr vor?  
Unfruchtbares Land, durchzogen von erodierten  
Rinnen.

Kaum Gras, weder Bäume noch Sträucher, und  
die Schluchten sind schwer passierbar.

Was kann man damit anfangen?  
Wie kann man in einer solchen Umgebung  
seinen Lebensunterhalt verdienen?

## Schauen Sie sich an, was sie in China gemacht haben



Bilder: links: vor, rechts: nach der Restaurierung, gefunden in Restoring China's Loess Plateau, Liu, 2012; Liu & Bradley, 2016, Abb. World Resources Institute. <http://vegansustainability.com/restoring-chinas-loess-plateau/>. Bilder zur Verfügung gestellt von Yan Jinmin in A lesson in regenerative agriculture from the Loess Plateau von Milly Ahlquist <https://uk.lush.com/article/lesson-regenerative-agriculture-loess-plateau>.

### Loess Plateau in China



Diese beiden Bilder wurden von der gleichen Stelle auf dem *Lössplateau in China* aufgenommen. Eine Fläche von der Grösse der Niederlande (40.000 km<sup>2</sup>) wurde hier in nur neun Jahren wieder vollständig bewirtschaftet!

Finanziell war das Projekt für die Bewohner ein grosser Erfolg.

Dieses Gebiet war in der Antike ein reiches und ertragreiches Land, wurde aber überweidet und war um das Jahr 1000 n. Chr. zu einer trockenen Wüste geworden, ähnlich wie auf dem Bild oben.

Nach der Terrassierung wurde dieses Land wieder vollständig kultiviert, so dass **etwa 20 Millionen Menschen** in diesem Gebiet leben konnten. Die Wiederherstellung der Ökosysteme war mit einer **Landreform** verbunden, die viele persönliche Anreize bot, indem sie den Landbesitz stark erhöhte. **Folgestudien haben gezeigt, dass die Einkommen um das Dreifache gestiegen sind.**

Ein gutes Video finden Sie hier: "Regreening the desert with John D- Liu VPRO Documentary 2012"<sup>1</sup> **Sehen Sie sich dieses Video an, auch wenn Sie unter Zeitdruck stehen.**

In diesem Video haben John Liu und Geoff Lawton unsere Frage beantwortet: "Ja", sagen sie, "es ist möglich, grossflächige, geschädigte Ökosysteme zu rehabilitieren". Und "Wenn wir das können, **warum tun wir es dann nicht alle?**".

### Viele Fragen und viele ermutigende Antworten

1. Werden in China und/oder anderswo immer noch grosse Landgewinnungsprojekte durchgeführt?

<sup>1</sup> <https://youtu.be/IDgDWbQtIKI>

2. Werden auch in anderen Teilen der Welt kleinere Projekte durchgeführt?
3. Sind solche Projekte ein finanzieller Erfolg?
4. Was ist erforderlich, damit ein Projekt erfolgreich ist?
5. Welche Auswirkungen können sie auf den Hunger in der Welt haben?
6. Warum wird in unseren Medien kaum über solche grossen Sanierungsprojekte berichtet?
7. Könnte eine Einzelperson, eine Familie oder ein Dorf ein solches Stück Land für sich selbst zurückgewinnen?

**Und die Antwort ist jedes Mal ja...**

1. ...es sind sowohl in China als auch in Indien grosse Projekte abgeschlossen worden. Sie gelten als grosser Erfolg und werden derzeit an beiden Standorten ausgebaut.
2. ...viele weniger bekannte, staatlich unterstützte sowie individuell finanzierte Projekte werden und wurden weltweit durchgeführt, in einer Vielzahl von manchmal feindlichen Umgebungen und Klimazonen, und das mit grossem Erfolg.
3. ...hervorragende finanzielle Ergebnisse für Projekte in Indien, China, Jordanien, Äthiopien, Ruanda und Fidschi sowie für viele persönliche Langzeitprojekte wurden gemeldet.
4. ...ein grosses Fachwissen für verschiedene Arten von Landgewinnungsprojekten ist vorhanden, das in etwa 50 Jahren angesammelt wurde.
5. ...der Hunger in der Welt immer ist noch sehr real, aber tritt regelmässig auf im Gefolge von **weltweiten Konflikten**. In Friedenszeiten haben die hier erörterten Landgewinnungsmassnahmen einen grossen positiven Einfluss auf die Verringerung des Hungers in der Welt gehabt und könnten dies auch in Zukunft haben. Und in dieser Perspektive ist noch viel mehr möglich. Ohne Übertreibung ist eine Welt ohne Hunger möglich, wenn der öffentliche Wille vorhanden ist.
6. ...die Weltöffentlichkeit worden vor allem in den letzten Jahren stark in negative Entwicklungen orientiert. Langsam aufkommende positive Entwicklungen werden bequemerweise den schnelllebigen alarmistischen Ereignissen untergeordnet. Warum sollte man nicht zu einem grundlegenden Wandel der Weltmeinung beitragen und helfen, die übermässig negative Einstellung zu ändern?
7. ...und ja, viele Einzelpersonen, Familien und Dörfer haben bereits ähnliche Landgewinnungsprojekte<sup>2</sup> durchgeführt und waren damit langfristig erfolgreich.

**8.1. Wasser- und Landrückgewinnung verdienen sofortige Aufmerksamkeit**

**Der Aufstieg** ermutigt uns, viele etablierte Ideen zu überdenken. Wir hören oft, dass "alles den Bach runtergeht".

*Stimmt das wirklich? Nicht unbedingt.*

Jetzt ist die Zeit zum Nachdenken gekommen. Die Gewinnung von sauberem Wasser, die Produktion von ausreichend hochwertigen Nahrungsmitteln und der Verlust von Land durch Wüstenbildung und territoriale Eingriffe sind sicherlich reale Probleme. Sie werden

---

<sup>2</sup> Für "Landgewinnung" werden verschiedene Begriffe mehr oder weniger austauschbar verwendet: Regeneration, Rehabilitation, Restauration, Wüstenbegrünung, regenerative Landwirtschaft und Permakultur. Der Begriff "Permakultur" hat sich inzwischen zu einem spezialisierten Bereich ganzheitlicher Studien entwickelt, auf den wir weiter unten näher eingehen werden.

im Laufe der nächsten Jahrzehnte immer mehr an Bedeutung gewinnen. Wir müssen also verstehen, worum es geht, und dann unsere enorme kollektive Kraft bündeln, um weltweit Veränderungen zu bewirken.

Hier sind einige Vorschläge, unterstützt durch eine Sammlung hervorragender Videos. In diesem kurzen Rückblick...

- Zunächst werde ich auf einige wichtige Fragen eingehen, die in verschiedenen *indischen* und *chinesischen* Projekten sowie in den jüngsten Techniken *nordamerikanischer* und *australischer* Landwirte angesprochen wurden, um uns zu nachhaltigeren Ansätzen für das menschliche Leben zurückzubringen.
- Zweitens werde ich einen kurzen Überblick über die Studien zur *Permakultur* geben.
- Schliesslich stelle ich einige Höhepunkte von *Personen* vor, die in ihren kleineren, privat finanzierten Projekten Landrückgewinnung betrieben haben.

Notgedrungen kann diese Einführung nur einige der Tausenden von engagierten Autoren und Videos erwähnen, die an diesen verdienstvollen Projekten beteiligt sind.

Das Feld ist voller wunderbarer Überraschungen, aber auch voller dringender Notwendigkeiten, die eine viel grössere Aufmerksamkeit verdienen. Die Stadterneuerung ist ebenfalls von grosser Bedeutung, wird hier aber aus Gründen der Komplexität ausgeklammert.

## **8.2. "Es ist machbar!" – regelmässig und in vielen unwirtlichen Gegenden**

### **Indien: Paani Foundation und DRCSC-Projekte**

Wir beginnen mit einigen wirklich herausragenden Berichten über Grossprojekte in Indien.

Diese Videos wurden von Andrew Millison gedreht, der seit 1996 Permakultur studiert. Er lehrt jetzt an der Oregon State University. Die Videos wurden mit Unterstützung der Oregon State University produziert.

**Video: "India's Water Revolution #1: Solving the Crisis in 45 days with the Paani Foundation"** <https://www.youtube.com/watch?v=-8nqnOcoLqE>

**Video: "India's Water Revolution #2: The Biggest Permaculture Project on Earth! with the Paani Foundation"** <https://www.youtube.com/watch?v=jDMnbeW3F8A>



Millison war in Indien, um die Arbeit des "Water Cup Competition" der Paani Foundation zu filmen.

Bei diesem Wettbewerb wurde das Team ermittelt, das in nur 45 Tagen im südlichen indischen Bundesstaat Maharashtra die Struktur zum Auffangen des meisten Wassers baute. Tausende von Dörfern nahmen daran teil. Im

ersten Video besichtigte er die Strukturen des Dorfes Garavadi, das am Wettbewerb 2019

teilnahm, und im zweiten Video das Dorf Velu, das den Wettbewerb 2016 gewann.

Die Auswirkungen ihres Projekts zur Wiederherstellung des Grundwassers haben das Leben, die Wirtschaft, die Ökologie und die Stabilität dieser Dörfer dramatisch verbessert. Früher wurde in diesen Gebieten während der Trockenzeit Trinkwasser von ausserhalb in die Dörfer gebracht, was nun nicht mehr notwendig ist.

In diesem Screenshot aus dem ersten Video<sup>3</sup> sind viele Wasserrückhalteanlagen auf verschiedenen Ebenen zu sehen.

Insgesamt haben alle Teilnehmer des Wettbewerbs zusammen eine Speicherkapazität von *550 Milliarden Liter* geschaffen und beeindruckende 51.000 Menschen in den Techniken der Wiederherstellung von Wassereinzugsgebieten geschult.

Das Wasser wird durch 1 m tiefe Gräben entlang von Erdkonturlinien zurückgehalten, die in den meisten Teilen der Welt Swales genannt werden und die die Inder lieber "CCTs" für "*Continuous Contour Trenches*" nennen. Mehrere Reihen von Gräben fangen das Regenwasser auf. Unter der Oberfläche sammelt sich das Wasser und speist Quellen, die in der Trockenzeit weiter sprudeln.

Über einen längeren Zeitraum hinweg werden in diesem Gebiet mehr Pflanzen und Bäume wachsen, und es wird noch mehr Wasser zurückgehalten. Ausserdem haben die Bauern jetzt zwei statt nur einer Vegetationsperiode. Dies führt zu einer wesentlich grösseren sozialen und finanziellen Stabilität in diesen Gebieten. Diese umfangreichen Massnahmen bringen Begrünung und Wohlstand für grosse Landstriche, die zuvor marginal und äusserst arm waren.

**Video: "India's Water Revolution #3: From Poverty to Permaculture with DRCSC"** <https://www.youtube.com/watch?v=KtHullfyJao>



Hier hören wir, wie Ardhendu Chatterjee ausruft: "*Ihr Einkommen hat sich also verdoppelt, und ihre Ausgaben haben sich halbiert!*" Die stolzen Gesichter der Begünstigten zeigen ihre grosse Zufriedenheit.

In diesem Video zeigt Millison die Arbeit des Development Research Communication and Services Centre (DRCSC) im Bundesstaat Westbengalen an der Ostküste Indiens.

DRCSC-Gründer Ardhendu Chatterjee zeigt uns die Auswirkungen der Wasserspeicher- und Grundwassersanierungsprojekte, die es den Ärmsten der Armen ermöglichen, auf ihrem Land zu bleiben und zu gedeihen, anstatt für Niedriglöhne weit weg zu ziehen.

Die gesamte grosse Baugrube links wurde in nur einem Jahr in Handarbeit fertiggestellt. Ausserdem haben sie ein neues Wasserauffangsystem für ihre flachsten Gebiete erfunden, und ihre daraus resultierende reiche Produktion hat verschiedene Arten von Landanbau und Fischerei ermöglicht.

<sup>3</sup> Wenn nicht anders angegeben, sind alle Bilder Screenshots aus den genannten Videos.

**Video: "India's Water Revolution #4: Permaculture for Wastelands at Aranya Farm"**  
<https://youtu.be/KhoV-vBAyFI>



*Bild 1:* Nahaufnahme der Aranya-Farm aus der Vogelperspektive, die auf einer Brachfläche auf einem Felsschild angelegt wurde.



*Bild 2:* Entfernte Vogelperspektive auf den Aranya-Hof. Der Aranya-Hof liegt inmitten einer riesigen Brachfläche. Die Höhenlinien wurden dieser Aufnahme später überlagert.



*Bild 3:* ein grosser Graben, in dem das in der Regenzeit gesammelte Wasser gesammelt wird.

Hier sind wir an einem anderen Ort in Indien. Millison filmte die Arbeit auf der Aranya Farm im indischen Bundesstaat Telangana auf dem riesigen und weitgehend unfruchtbaren Deccan-Plateau.

Aussergewöhnlich ist, dass dieses blühende Dorf erst vor zwanzig Jahren auf **nacktem Felsgestein** errichtet wurde (mittleres Bild aus einer frühen Phase des Projekts. Das Felsgestein rund um die Oase ist in rosa). Sie war als "Brachland" eingestuft worden. Heute sind dort 4,65 Hektar (11,5 Acres) Nahrungswälder angelegt, wodurch der Grundwasserspiegel wieder reichlich ansteigt.

Die ursprüngliche Wasserquelle stammte aus grossen Gräben, die sich während der Regenzeit mit Wasser füllten (Bild 3).

Daraufhin wurden Kompost und die ursprünglichen Pflanzen in kleinere Gräben und Auffangwälle eingebracht. In weiteren Schritten wurden Baumschulen und Bäume gepflanzt.

80% des Landes sind nun mit mehrjährigen Pflanzen bepflanzt, die keinen grossen Arbeitsaufwand erfordern. Der grösste Teil der Aussaat erfolgte durch Vogelfrass und erforderte keine besondere Bepflanzung. Auf dem Hof gibt es jetzt eine grosse Vielfalt an Nahrungspflanzen, Arten, Gemüse, Haustieren, Vögel und Blumen. Mit dem Verkauf der Tamarinden, die in der traditionellen Medizin und in der indischen Küche verwendet werden, wird ein gutes Einkommen erzielt.

Im Laufe der Zeit ist der Grundwasserspiegel in dem tiefen, von Hand gegrabenen offenen Brunnen angestiegen. Die Bäume geben Wasser in das Gestein ab, das durch das Wurzelwerk aufgebrochen wurde. Aranya hat nun das ganze Jahr über ausreichend Wasser.

Millison besuchte auch das umliegende Gebiet, wo die landlosen Armen grösstenteils Land erhalten haben und nun ihr eigenes Land bewirtschaften. Mit Hilfe von Permakultur-Prinzipien verwandeln sie das Gestein in fruchtbares Land.

### **8.3. China: Vielversprechende neue Entwicklungen**

Bisher haben wir in diesem Überblick gesehen, dass bekannte und bewährte Techniken erstaunliche Veränderungen bewirken können. Im ersten Video haben wir gesehen, dass Terrassierung und Permakulturtechniken grosse Landstriche in China, Indien, Somalia und Ruanda verändert haben.

Noch aufregendere Versprechungen für die Zukunft kommen jedoch derzeit aus China. Nur 14% der Fläche Chinas sind ackerbaulich nutzbar<sup>4</sup>, und doch muss das Land seine grosse Bevölkerung ernähren. Dies hat dazu geführt, dass seit langem nach neuen Lösungen gesucht wird, um den Anteil an Ackerland zu erhöhen. Dies beginnt sich nun auszuzahlen. Wir entdecken...

...die Entwicklung von salzresistentem Reis.

...die Verwandlung von Wüstensand in Boden.

...eine massive Ausweitung der Landgewinnung in der riesigen Wüste Gobi.

Schauen wir uns diese Projekte an.

#### **Salzresistenter Reis**

**Video: "Could seawater rice determine the future of food security?"**

<https://youtu.be/2BMxx70TXeY>



China arbeitet seit sechs Jahrzehnten an der Verbesserung der Reiserträge, und das mit grossem Erfolg. Gegenwärtig ist der Ertrag pro Hektar zehnmal so hoch wie im Jahr 1960.

In den letzten Jahren haben die Chinesen auch versucht, salzresistente Reissorten für stark salz- und/oder alkalihaltige Böden zu entwickeln. Nach vielen Versuchen, die sich über drei Jahrzehnte erstreckten, konnten schliesslich zuverlässige salztolerante Sorten entwickelt werden.

Es gibt fünf Arten von salzhaltigen Böden in verschiedenen Teilen Chinas. Jeder Typ erfordert einen anderen Ansatz. Für zwei dieser fünf Formen wurde inzwischen kommerziell nutzbares Saatgut entwickelt und erfolgreich im Freiland erprobt. Ausserdem haben sie ihren salzresistenten Reis in Dubai erfolgreich getestet.

Diese Reissorten befinden sich jetzt in der Zulassungsphase durch das chinesische Ministerium für Landwirtschaft und ländliche Angelegenheiten.

Die Proben schmecken gut. Nach Aussage des Interviewers (oben) haben sie keinen Salzgeschmack und ähneln dem für den nordchinesischen Anbau typischen Langkornreis.

Weite Landstriche können auf diese Weise wahrscheinlich bald wieder bewirtschaftet werden.

#### **Aus Sand wird nutzbarer Boden**

**Video: "6 Useful Methods China Uses To Convert Desert Into Productive Lands Rich With Crops"**

<https://www.youtube.com/watch?v=UW0CCK3FQ5I>

Wenn Sie Wasser auf Sand giessen, geht das meiste Wasser verloren. Es versickert einfach im Sand.

<sup>4</sup> Einige andere Quellen beziffern diesen Prozentsatz auf nur 10% oder 8%.



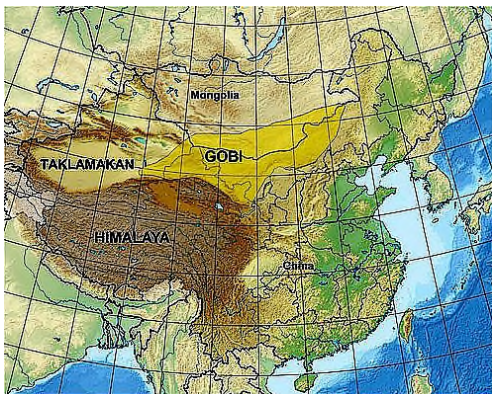
Um diesem Effekt entgegenzuwirken, haben chinesische Forscher eine Paste aus pflanzlicher Zellulose entwickelt, die hilft, Wasser, Nährstoffe und Luft zu binden. Sie ist ungiftig, umweltfreundlich und preisgünstig.

Wenn diese Paste auf Sand gesprüht wird, legt sich eine sehr feine Membran aus dieser Paste über jedes Sandkorn und es bildet sich eine Mikro-Nano-Struktur. Der Sand kann

dann Wasser zurückhalten, um das Versickern von Wasser zu verhindern. Die Membran verändert die Oberflächenspannung des Wassers, so dass der Sand zu einem durchsichtigen Film wird und ein "Anti-Sicker-Sand" entsteht. Dieser versickerungshemmende Sand ist ideal für Pflanzen, die vor Winderosion geschützt werden müssen.

Durch eine spezielle Behandlung mit dieser Technologie wurde ein 1,6 Hektar grosses Sandgrundstück in fruchtbares Land verwandelt (siehe oben). Auf diese Weise kann eine Wüste in eine Oase verwandelt werden, allerdings zu einem gewissen Preis.

#### 8.4. Rückeroberung der Wüste Gobi



*Bild 1:* Gobi und Taklamakan, Wikipedia. *Bild 2:* Gobi und Taklamakan, Wikipedia. Sandsturm, der eine chinesische Stadt bedroht. *Bild 3:* "China's Three-North Shelter Forest Program", die offizielle Bezeichnung für die Grüne Mauer. *Bild 4:* Neue Autobahn inmitten der Wiederaufforstung.

#### **Artikel: Vince Beiser "China Is Terraforming the Gobi Desert".**

Die folgenden drei Bilder stammen aus diesem Artikel. *Quelle:* South China Morning Post. <https://www.anti-empire.com/china-is-terraforming-the-gobi-desert/>

Die an Nordchina angrenzenden Wüsten und Halbwüsten Gobi und Taklamakan sind nicht so sehr Sandwüste wie die Sahara, sondern in weiten Teilen nackter Fels. Diese Region

ist bekannt für häufige Sandstürme sowie plötzliche Regenfälle, Schneefälle und Frost, die ihr den Namen "die kalte Wüste" eingebracht haben.

Diese Wüsten liegen weit über 1000 m über dem Meeresspiegel und tragen zu den niedrigen Temperaturen bei, die bis auf -40 °C sinken können. Wenn der Wind den Schnee aus den sibirischen Steppen herantreibt, wird der kalten Luft zusätzliche Feuchtigkeit hinzugefügt. Unerwartete, extreme Temperaturschwankungen können die Temperaturen an einem einzigen Tag auf bis zu 35 °C ansteigen lassen.

Die beiden Wüsten, die sich mit einer beunruhigenden Geschwindigkeit von 3600 km<sup>2</sup> jährlich ausdehnen, leiden unter massiver Wüstenbildung. Es kommt häufig zu Staubstürmen, die der Landwirtschaft grossen Schaden zufügen. Vince Beiser sagt in dem oben genannten Artikel: "Die Sandflächen, die etwa 18 Prozent Chinas bedecken, haben sich rasch ausgebreitet. Bis 2006 verschlangen sie nutzbares Land mit einer Geschwindigkeit von fast 1.000 Quadratmeilen pro Jahr [...], während es in den 1950er Jahren noch 600 Quadratmeilen pro Jahr waren.

"Das ist nicht nur ein Problem für die Menschen, die in diesen Gebieten leben, sondern auch für die vielen Millionen Menschen, die nahe genug an den Wüsten leben, um von den Sandbewegungen betroffen zu sein. Wanderdünen bedrohen Ackerflächen und sogar ganze Dörfer. Strassen- und Eisenbahnstrecken werden ständig durch aufgewirbelten Sand blockiert.

"Sandstürme blasen regelmässig Zehntausende von Tonnen Sand und Staub nach Peking und in andere Städte, bringen den Verkehr zum Erliegen und stellen ein ernsthaftes Gesundheitsrisiko dar. Die Weltbank schätzt, dass die Wüstenbildung die chinesische Wirtschaft jährlich rund 31 Milliarden US-Dollar kostet.

Diese Probleme haben sich durch die massive Einwanderung aus den südlichen Teilen Chinas noch verschärft. Deshalb wird entlang der nördlichen chinesischen Grenze in den Wüsten Gobi und Taklamakan eine neue Grosse Mauer aus Bäumen errichtet. Es wurden bereits Milliarden von Bäumen gepflanzt, genug, um fast die Strecke von San Francisco nach Boston zu überbrücken.

Vince Beiser fährt fort: "Das Projekt, das offiziell als 'Grüne Mauer' bezeichnet wird, wurde 1978 ins Leben gerufen und soll bis 2050 andauern. Es zielt darauf ab, rund 88 Millionen Hektar schützende Wälder in einem Gürtel zu pflanzen, der fast 3.000 Meilen lang und an manchen Stellen bis zu 900 Meilen breit ist.

"Angesichts der sich ständig verschlechternden Umweltbedingungen in China hat die Regierung in den letzten Jahren eine Handvoll weiterer grosser Aufforstungsprojekte durchgeführt. Alles zusammen ergibt das mit Abstand grösste Aufforstungsprojekt in der Geschichte der Menschheit.

"Die bisherigen Ergebnisse sind prächtig – zumindest nach Ansicht der chinesischen Regierung. Tausende von Hektar Wanderdünen, die die Felder und Dörfer der Bauern bedrohten, wurden stabilisiert. Die Häufigkeit von Sandstürmen ging zwischen 2009 und 2014 landesweit um ein Fünftel zurück. Und obwohl sich die Wüsten in einigen Gebieten weiter ausbreiten, behauptet die SFA, die Regierungsbehörde die die wichtigsten Baumpflanzungsprogramme überwacht, dass sie die Ausbreitung der Wüsten insgesamt nicht nur gestoppt, sondern sogar begonnen hat, sie umzukehren."

Aber nicht alles ist ganz nach Plan verlaufen.

Viele Bäume sind abgestorben, entweder wegen Feuchtigkeitsmangels oder weil ein ungeeigneter Standort gewählt oder die falsche Baumart verwendet wurde. Einige konnten in der trockenen Umgebung nicht überleben, und andere wurden von Krankheiten und Schädlingen befallen, die sich in monokulturellen Wäldern schnell ausbreiten. Im Jahr

2000 vernichtete ein Käferbefall in Nord-Zentral-China 1 Milliarde Pappeln, die Früchte von zwei Jahrzehnten Anpflanzung.

Gleichzeitig können die Fehler korrigiert werden, wenn die Anstrengungen bis 2050 aufrechterhalten werden. Wenn die Korrekturen rasch erfolgen, hat die Erstbepflanzung das Ökosystem bereits so weit verändert, dass positive atmosphärische, hydrologische und vegetative Prozesse in Gang gesetzt wurden, die eine weitere Erholung ermöglichen.

### **8.5. USA, Kanada, Australien und grosse Teile Europas:**



### **Ihre derzeitige Wahl ... gibt es eine bessere Wahl?**

**Video: "Unbroken Ground | A New Old Way to Grow Food"**

<https://www.youtube.com/watch?v=3Ezkp7Cteys>

**Video: "Regenerative Renegades | Natural Grocers Presents"**

<https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>

Wenn Sie Ihre Lebensmittel in einem solchen Laden kaufen, stehen die Chancen gut...

- ...dass Ihr Brot und Ihr Bier von solchen Feldern stammen,
- ...dass Ihr Hähnchen in einer solchen Umgebung produziert wird,
- ...und wenn Sie Rindfleisch essen, wird es vor dem Schlachten in solch engen Gehegen aufgezogen.

### **Was sind die Probleme?**

Da gibt es mehrere, je nach Ihren Empfindlichkeiten<sup>5</sup>.

Aber es gibt ein entscheidendes und grundlegendes Problem, an das Sie vielleicht noch gar nicht gedacht haben: Durch den unaufhörlichen Anbau von Monokulturen, Düngemitteln und Herbiziden wird unser Boden ausgelaugt.

Kurz gesagt, Monokulturen entziehen dem Boden so viele Nährstoffe, dass er keinen Nährwert mehr aufnehmen kann – jeder Nährwert muss von aussen zugeführt werden.

<sup>5</sup> Viele von uns empfinden die weit verbreiteten Praktiken der Massentierhaltung als abstoßend. Viele gesetzliche Bestimmungen, insbesondere in Europa, befassen sich derzeit mit diesem Thema.

Monokulturen erhöhen auch das Risiko von Schädlingen und Krankheiten. Sie wird mit erhöhtem Krankheitsdruck, Nährstoffmangel im Boden, Bodendegradation und Entwaldung in Verbindung gebracht.

Monokulturen erschöpfen die im Boden verfügbaren Nährstoffe. Der Boden leidet unter dem Verlust von Mikroorganismen und Bakterien und wird anfälliger für Erosion, aber er wird auch durch den vermehrten Einsatz von Pestiziden, Herbiziden und Düngemitteln stärker belastet. Diese Chemikalien versickern in den Boden und verunreinigen sowohl den Boden als auch das Grundwasser. Überschüssiger Dünger schadet also der Gesundheit von Boden und Grundwasser.

Darüber hinaus bedeutet eine monokulturelle Bodenstruktur, dass nur eine Art von Wurzeln zur Verfügung steht, um Feuchtigkeit zu speichern und Erosion zu verhindern – eine Aufgabe, die normalerweise mehrere Arten von Wurzeln erfordert.

Eine Monokultur birgt darüber hinaus ein grösseres Risiko, durch Schädlinge dezimiert zu werden, da sich diese Bedrohungen schneller in der Fläche ausbreiten können. So erhöhen Monokulturen das Potenzial für verheerende Ernteaufälle wie die Kartoffelknappheit Mitte des 19. Jahrhunderts oder den oben erwähnten Käferbefall von einer Milliarde Bäumen in Nord-Zentral-China.

Schliesslich haben viele Lebensmittel und Früchte in den letzten Jahrzehnten einen wichtigen Teil ihres Nährwerts verloren, d.h. das, was Sie essen, enthält im Verhältnis viel weniger von dem, was Ihr Körper tatsächlich braucht. Dies ist auf die zunehmende Verwendung von Kulturpflanzen zurückzuführen, die ihren Nährwert gegen eine höhere Lagerfähigkeit eingetauscht haben.

### **Wir erschöpfen den Boden.**

**Video: "Living Soil: A Documentary"**, <https://www.youtube.com/watch?v=ntJouJhLM48>

**Video: "Overcoming water scarcity – Learning from Israel's experience"**, <https://www.youtube.com/watch?v=WR7WsWe-z0k>

**Video: "I am From Fiji – Mangroves"**, <https://youtu.be/1hRjz7tjKU>

Matt Maier, ein amerikanischer Grossbauer, sagt<sup>6</sup>: *"Nachhaltigkeit ist nicht gut genug. Wir können den derzeitigen Zustand unserer Landwirtschaft nicht aufrechterhalten und erwarten, dass wir überleben. Wir müssen es besser machen. Wir müssen uns regenerieren. Bei unserer heutigen konventionellen Landwirtschaft geht es um Ausbeutung. Wie lange können wir noch von diesem Boden leben, bevor er tatsächlich nicht mehr produzieren kann?"*

*"Wenn wir unseren Boden verlieren, haben wir alles verloren. Wir erschöpfen unsere Fähigkeit, Nahrungsmittel zu erzeugen, die uns ernähren können. Ich weiss nicht, was grundlegender ist als das. Ich wüsste nicht, was wir tun könnten, das grösser wäre als die Regeneration unseres Bodens und dann die Regeneration unserer Gesundheit."*

### **Was kann getan werden? Eine ganze Menge, und hier sind einige Vorschläge aus den Videos...**

- *Verwenden Sie eine diversifizierte, GVO-freie, kompostierte und rotierende Anbaumethode.* Dies ermöglicht eine ständige Regeneration des Bodens und reduziert den Einsatz von Herbiziden, während diversifizierte und rotierende Kulturen auf natürlichem Dünger weit weniger anfällig für allgemeine und massive Ernteaufälle sind. Die Fruchtfolge bringt Vielfalt in das unterirdische Bodenleben.

---

6 *Regenerative Renegades | Natural Grocers Presents*, <https://youtu.be/BkOb9Q2hXYE>.

Insgesamt kosten diese Techniken zwar etwas mehr, aber sie regenerieren den Boden dauerhaft.

- *Nutzen Sie die freie Weidehaltung von Rindern auf ausreichendem Grasland mit den notwendigen Weiderotationen.* So kann das Gras von den Rindern gedüngt werden und in den Fruchtfolgen ständig nachwachsen.
- *Nutzen Sie die Büffelhaltung.* Im Gegensatz zu Rindern mähen Büffel das Gras nicht so tief wie Rinder. Bei einer angemessenen Viehdichte bleiben die Grasflächen auch ohne Weiderotation erhalten und regenerieren sich. Dies wiederum verringert den Bedarf an menschlicher Kraft zur Durchführung von Fruchtfolgen.
- *Eine bessere Trennung von Zielfischen und Nichtzielfischen ist wichtig, um die Kontinuität der Fischbestände zu erhalten.* Zu diesem Zweck kann die "Riffnetzfischerei" eingesetzt werden, bei der Fische in voller Grösse in Netze getrieben und manuell von den Nichtzielfischen getrennt werden. Mit dieser Methode wird die sinnlose Verschwendung geschützter Fischarten vermieden.
- *Lernen Sie von Israels erfolgreicher Erfahrung im Umgang mit Trinkwasserknappheit und der Wiederverwendung von Wasser für landwirtschaftliche Zwecke (siehe zweites Video oben).*
- *Erfahren Sie mehr über die Anpflanzung von Mangroven auf den Fidschi-Inseln, um den Anstieg des Meeresspiegels aufzuhalten (siehe drittes Video oben).*
- *Anwendung bestimmter Permakultur-Methoden, die eine (viel) bessere Nutzung der Wasserressourcen und eine grössere Obst- und Gemüsevielfalt gewährleisten (siehe unten).*
- *Moderne Bodenanalysen, die auf diversifizierte Kulturen angewandt werden, können die Erträge durch eine reichhaltigere und gesündere Bodenzusammensetzung noch weiter steigern.*
- *Die Verwendung von GVO ist bedenklich, da in Tierversuchen Störungen der Leber-, Nieren- und Fruchtbarkeitsfunktionen nachgewiesen wurden<sup>7</sup>. Ausserdem kann die gentechnische Veränderung die biologische Vielfalt beeinträchtigen, und veränderte Gene können in Wildpflanzen und unveränderte Nutzpflanzen gelangen.*

Einige dieser Massnahmen werden bereits an ausgewählten Standorten angewandt (siehe Videos) und/oder würden die Kosten nur geringfügig erhöhen. Eine viel breitere Anwendung dieser Anbaumethoden würde die Nachhaltigkeit stark fördern und die dringend benötigte Regeneration bestehender landwirtschaftlicher Flächen ermöglichen. Ausserdem würde ein diversifizierter Anbau die Gefahr von massiven Ernteausfällen verringern.

## **8.6. Permakultur – eine persönliche Alternative**

Viele wünschen sich eine Rückkehr zum Land, wollen ihre eigenen Lebensmittel anbauen und vielleicht auch ihren Lebensunterhalt abseits eines Nine-to-Five-Jobs mit einer Arbeit verdienen, die mehr "echten Sinn" hat. Die "Permakultur" fasst all diese Trends in einer

<sup>7</sup> <https://gmoresearch.org/>,

[http://www.academia.edu/3405390/Morphological\\_and\\_Biochemical\\_Changes\\_in\\_Male\\_Rats\\_Fed\\_on\\_Genetically\\_Modified\\_Corn\\_Ajeeb\\_YG](http://www.academia.edu/3405390/Morphological_and_Biochemical_Changes_in_Male_Rats_Fed_on_Genetically_Modified_Corn_Ajeeb_YG) . Siehe auch Claire Robinson Mphil, Michael Antoniou PhD, John Fagan PhD, "GMO Myths And Truths". Aus der Zusammenfassung: "Die vorgelegten Beweise weisen auf viele Gefahren, Risiken und Grenzen der Gentechnologie hin. Dazu gehören Schäden, die in Tierfütterungs- und ökologischen Studien festgestellt wurden, die wiederum auf Risiken für die Gesundheit und die Umwelt durch gentechnisch veränderte Pflanzen und Lebensmittel hinweisen."

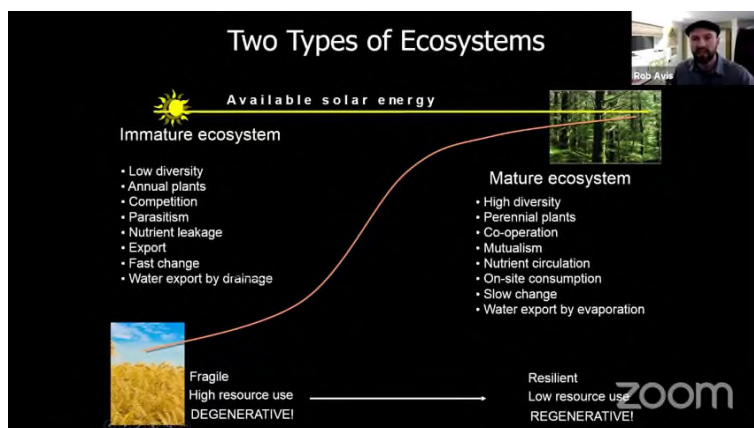
Gegenbewegung zur Landrestauration zusammen. Die Permakultur befürwortet eine nachhaltige Landwirtschaft mit maximalem Einsatz von nicht-chemischen Substanzen und zeigt uns, wie wir oben entdeckt haben, natürliche Mittel zum Auffangen von Regenwasser und dessen intelligente Nutzung für einen reichen Anbau innerhalb eines vollständigen Systems.

Ein wichtiger Aspekt der Permakultur ist, dass sie *mit der Natur und nicht gegen sie arbeitet*. "Sie verwendet 'Designs' [Ideen und Modelle], die sich an natürlichen Mustern orientieren, um die Bedürfnisse der Menschen (Nahrung, Energie, Unterkunft, Technologie, Ressourcen und Abfallmanagement) in einer Weise zu erfüllen, die mit der Natur zusammenarbeitet, anstatt sie zu zerstören."<sup>8</sup>

Ist das alles möglich, auch mit einem Haushaltsbudget? Ja, die "Permakultur" verspricht, all das und noch viel mehr zu erreichen. Wenn Sie entschlossen sind, können Sie Ihren Platz in der Permakultur finden.

Die beste Lösung ist, jemandem zuzuhören, der die Konzepte der Permakultur so schnell und prägnant wie möglich vorstellen kann. Ich habe mich durch viele Videos gewählt, und hier sind die beiden besten, die ich für eine Einführung ausgewählt habe:

**Video 1: "Introduction to Permaculture - Part 1"**, <https://youtu.be/qmo7zC7MBOQ9> (1h 37)<sup>9</sup>



Ich habe grossen Respekt vor Rob Avis. In nur 1h 37 führt er Sie durch alle grundlegenden Konzepte der Permakultur. Dieses Video ist sehr empfehlenswert.

Die wichtigsten zentralen Konzepte sind in der nächsten Abbildung zusammengefasst, die ich hier zu Ihrer Information beibehalte. Sie wurde ab Punkt 1h 01m im Video aufgenommen.

Industrielles vs. Reifes Ökosystem, entnommen aus "**Introduction to Permaculture - Part 1**

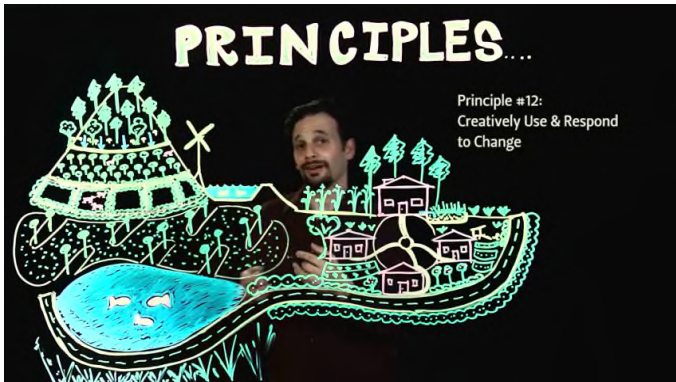
<sup>8</sup> "Permaculture Design Course Primer", Part 1 Introduction.

<sup>9</sup> Erfahren Sie mehr und treten Sie mit Rob & Michelle in Kontakt unter <https://vergepermaculture.ca/>.

Das zweite Video zeigt die 12 Schlüsselprinzipien der Permakultur von David Holmgren. Diese fassen die wichtigsten Punkte zusammen und stellen eine prägnante Einführung in die gesamte Permakultur dar.

## Die 12 Permakultur-Prinzipien von David Holmgren

**Video 2: "The Permaculture Principles"**, <https://youtu.be/0mwRAf3z9ag>. By Oregon State University Ecampus. (9 min 32).



1. *Beobachten und interagieren.* Welche Kräfte sind an meinem Standort vorhanden, für die ich planen muss? Die ich berücksichtigen muss? Wohin fließt das Wasser und wo sammelt es sich? Und warum? Klima? Topographie? Art des Bodens? Wildtiere, Wind, Feuer, Menschen vor Ort oder in der Nähe?
2. *Energie auffangen und speichern.* "Energie" kann Wasser sein, das für eine spätere Nutzung aufgefangen wird, ein windiger Standort für eine Windmühle oder Wälder, die Brennstoff zum Heizen liefern können. Alternative Energiesysteme können Wind, Wasser und andere Ressourcen für unsere Nutzung gewinnen.
3. *Gewinnung eines Ertrags.* Damit wird z.B. bestimmt, welcher Baum an einem bestimmten Standort gepflanzt werden soll, da er den erwarteten Ertrag bringt. Welche Ernte könnte hier den besten Ertrag bringen? Mehr Früchte oder mehr Grünpflanzen? Brauche ich mehr oder weniger Wasser, um meinen Ertrag zu steigern? Gibt es am Standort eine ruhige Ecke für einen Bienenstock?
4. *Wenden Sie Selbstregulierung an und akzeptieren Sie Rückmeldungen.* Denken Sie über die Lektionen nach, die Sie von Ihrem Garten erhalten. Lernen Sie daraus, damit Ihr Beitrag zu einem immer grösseren Nutzen für Sie und Ihre Mitmenschen wird.
5. *Nutzen und schätzen Sie erneuerbare Ressourcen und Dienstleistungen.* Erneuerbare Ressourcen sind solche, die sich bei mässiger Nutzung erneuern, wie z.B. ein zweiter Obstgarten bergab von einem ersten, der Wasser von oben wiederverwendet.
6. *Keine Abfälle produzieren.* Hier verwandeln wir Abfälle in Nahrung für andere: Wir verwenden die Abfälle einer modernen, nicht riechenden Trockentoilette zur Herstellung von Kompost. Reinigen und recyceln Sie Grauwasser. Reparieren und Wiederverwenden von kaputten Werkzeugen und Geräten. Reduzieren, wiederverwenden, reparieren und recyceln.
7. *Entwerfen Sie Muster zu Detail.* Beginnen Sie z.B. mit der Art und Weise, wie das Wasser durch das Gelände fließt, und ordnen Sie dann die Elemente in ihrer natürlichen Reihenfolge an.
8. *Integrieren Sie, anstatt zu trennen.* Konzipieren Sie die Abstände zwischen Arbeits- und Sozialbereichen auf der Grundlage eines Verständnisses dafür, wie eine Gemeinschaft interagiert und wie sie es vorzieht, ihre Arbeit zu erledigen. Berücksichtigen Sie die Sicherheit und die Spielplätze von Kindern und ihren

betreuenden Eltern.

9. *Verwenden Sie kleine und langsame Lösungen.* Denken Sie vorausschauend an Nutzungen und an Ernteerträge, die mit der Zeit reifen.
10. *Nutzen und schätzen Sie die Vielfalt.* Vielfalt schützt vor Ausfällen im Garten (z.B. Schädlinge). Ausserdem liefert die Vielfalt gut ausgewählter Lebensmittel die benötigten Vitamine und Mineralien.
11. *Nutzen Sie die Ränder und schätzen Sie die Randbereiche.* Verwenden Sie Hecken für den Anbau von Obststräuchern. Eine Idee: Verwenden Sie Tröpfchenbewässerung anstelle von Radialsprengern, wo die vier Ränder nicht genutzt werden können. Ausserdem verliert man Wasser durch Verdunstung – denken Sie z.B. an die Verdunstung von gespritztem Wasser, das nach einem heissen Sommertag auf ein Feld fällt.
12. *Kreative Nutzung und Reaktion auf Veränderungen.* Felder entwickeln sich weiter und müssen mit der Zeit angepasst werden. Behalten Sie den Überblick und entwickeln Sie sich mit Ihren Feldern weiter.

## **Überlegungen zur Permakultur**

Videos werden von denen gemacht, die erfolgreich waren, nicht von denen, die gescheitert sind. Daher werden wir in den Videos zwangsläufig diejenigen begleiten, die erfolgreich waren und deren Engagement und Begeisterung ansteckend ist.

Dennoch sind einige Vorsichtsmassnahmen zu beachten:

- Die Arbeit in der Landwirtschaft ist und erfordert harte körperliche Arbeit und eine fast tägliche Anwesenheit die meiste Zeit über. Ein Garten ist lebendig. Sobald man über eine Reihe von Pflanzgefässen hinausgeht, muss man sich um die Bewässerung, mögliche Wind-, Regen- und Frostschäden sowie die Pflege der vielen Ernten einer Permakultur-Plantage kümmern.
- Die Gefahr von Grossbränden ist in den europäischen Mittelmeerländern und in vielen Gebieten Amerikas und Australiens besonders ausgeprägt.
- Die extremen Bedingungen, die in einigen Beispielen hier gezeigt werden, erforderten eine fundierte Permakultur-Erfahrung, um erfolgreich zu sein. Das Geld, das in einen kompletten Permakulturrkurs und/oder in eine professionelle Landbewertung investiert wird, wird auf lange Sicht reichlich belohnt.
- Während der ersten fünf bis zehn Jahre auf einer neuen Plantage erfordern im Frühling, Sommer und den meisten Herbstmonaten Ihre fast tägliche Anwesenheit. Vieles hängt davon ab, wie Sie Ihr Land nutzen wollen. Eine ausgereifte Permakultur, die ausschliesslich für den persönlichen Gebrauch genutzt wird, unterscheidet sich stark von einem Land, das für den Profit angebaut wird.
- Vernachlässigen Sie nicht die menschliche Bedeutung Ihrer Nachbarn. Viele haben sich ein "Leben abseits eines Nine-to-Five-Jobs" gewünscht und fanden sich auf dem Lande zu isoliert, besonders wenn sie Kinder haben.
- Vernachlässigen Sie nicht die formale Bedeutung von Rechtsfragen. Land-, Garten- und Territorialvorschriften haben viele Permakultur-Ambitionen zunichte gemacht. Können Sie zum Beispiel in Ihrem Vorgarten etwas Neues anpflanzen? An vielen Orten in Europa oder Nordamerika gibt es Gesetze, die "Rasenflächen und gut geschnittene Hecken" als einzig zulässige Landschaftsgestaltung vorschreiben. Oder können Sie auf Ihrem Grundstück Hühner halten? Dürfen Sie den Erlös Ihres

Grundstücks für ein regelmässiges Einkommen verkaufen? Dürfen Sie ein Wohnhaus errichten oder reparieren? Wie lauten die Vorschriften für ein "Tiny House"? Welches Gewicht darf es haben, wenn es mobil ist? Können Sie auf Ihrem Land Hütten zur Vermietung bauen? Informieren Sie sich, bevor es Sie erwischt.

- Es dauert einige Zeit, bis sich die Früchte der Permakultur einstellen. Natürlich hängt alles von der Anfangsinvestition und dem Standort ab. Denken Sie aber an fünf bis zehn Jahre, bis sich die Situation stabilisiert hat.
- Schliesslich stimmen die auf die Permakultur anwendbaren Ideale nicht immer mit "rentablen Anbauprogrammen für den Verkauf" überein. Ein Permakultur-Arrangement könnte zum Beispiel vorschlagen, Obstbäume in völliger Streuung zu pflanzen, während ein "Anbau für den Verkauf" – Arrangement vorschlagen würde, sie für eine effiziente Ernte in Gruppen zusammenzufassen. Arbeiten Sie zusammen, um Ideen von anderen zu erhalten, die gute Erfahrungen mit Land in Ihrer Nachbarschaft gemacht haben.

## **8.7. Geschichten über Permakultur, netzunabhängige und kleine Häuser**

Alle Kommentare im folgenden Abschnitt wurden aus den von den Nutzern zur Verfügung gestellten Videokommentaren entnommen. Vielen Dank, dass Sie sie mit meinem Publikum teilen.

### **Persönliche Permakultur-Erfahrungen**

**AUS "Wunderschönes 1-Acre Permakultur-Grundstück im kleinen Massstab | Limestone Permaculture Farm Tour", <https://youtu.be/jSNc13cmknE>**

Ein Rundgang über die Limestone Permaculture Farm in New South Wales, Australien. Brett Cooper bewirtschaftet das 1-Hektar-Grundstück als produktive Farm, die rund 50 Familien ernährt. Der Rundgang umfasst einen Blick auf den Obstgarten, das Tor zur Wohnwagenfarm, den Hühner- und Entenbereich und das Schattenhaus. Brett erzählt, was ihn und seine Familie zu dieser völligen Umstellung des Lebensstils gebracht hat, in dem sie sehr erfolgreich sind.

**AUS "Ein radikal einfaches Permakultur-Leben auf 1/4 Acre | Creatures of Place", <https://youtu.be/rCRukvZE2Vk>**

Creatures of Place ist ein Einblick in die wunderbare Welt von Artist as Family: Meg Ulman, Patrick Jones und ihr jüngster Sohn, Woody. Meg und Patrick leben auf einem 1/4-Hektar grossen Grundstück in einer kleinen australischen Stadt und haben ihr Anwesen nach den Prinzipien der Permakultur gestaltet. Sie bauen den grössten Teil ihrer Lebensmittel selbst an, besitzen kein Auto und fahren stattdessen mit dem Fahrrad, verbrauchen sehr wenig Strom und holen sich Lebensmittel und Materialien aus dem örtlichen Wald.

**AUS "Permakultur Transformation in 90 Tagen", <https://youtu.be/AWtsrNuUAgE>**

Die grossen Rasenflächen wiesen nur etwa 5 cm Mutterboden auf einem stark verdichteten Lehmboden auf. Daher beschlossen sie, eine Mischung aus Mutterboden und Kompost zu verwenden, um Hochbeete anzulegen, da sie es vorzogen, auf dem Rand von Hochbeeten zu sitzen, anstatt sich zu bücken. Der Plan war, für die Beete billiges Holz aus der Region zu verwenden, das in den nächsten 5-6 Jahren verrotten würde. Bis dahin würden sie genug Kompost hergestellt und genug landwirtschaftliche Abfälle gesammelt haben, um den Mutterboden auf dem gesamten Acker so aufzubessern, dass eine schöne, flauschige, produktive Fläche entsteht. In den nächsten acht Wochen stellten wir 25 Tonnen Kompost her, der grösstenteils aus eigenen Ressourcen stammte, und mischten

ihn mit einem Teil des Mutterbodens, der beim Bau des Dammes anfiel, um die Hochbeete zu füllen.

**NZ "Erstaunlicher 23 Jahre alter Permakultur-Lebensmittelwald - eine Einladung zur Wildheit", <https://youtu.be/6GJFL0MD9fc>**

In der kleinen Stadt Riverton am Ende der neuseeländischen Südinsel liegt der erstaunliche, 23 Jahre alte Lebensmittelwald von Robert und Robyn Guyton. Das 2-Hektar-Grundstück hat sich von einem vernachlässigten Stück Land in ein blühendes Ökosystem aus einheimischen und exotischen Bäumen verwandelt, in dem Vögel und Insekten in Hülle und Fülle leben. Robert und Robyn sind eine grosse Inspiration für uns, nicht nur wegen ihres wundervollen Ansatzes zur Heilung des Landes und zur Rettung historischer Bäume und Samen, sondern auch wegen der Art und Weise, wie sie sich auf ihre lokale Gemeinschaft ausgewirkt haben.

**NZ "Vollständiger Dokumentarfilm: Mann verbringt 30 Jahre damit, degradiertes Land in einen riesigen Wald zu verwandeln (Fools & Dreamers)", <https://youtu.be/3VZSJKbzyMc>**

Die unglaubliche Geschichte, wie sich degradiertes, mit Stechginster verseuchtes Ackerland im Laufe von 30 Jahren in einen wunderschönen neuseeländischen Urwald zurückverwandelt hat. Regenerating a Native Forest ist ein 30-minütiger Dokumentarfilm über das Hinewai-Naturreservat auf der neuseeländischen Banks-Halbinsel und seinen kaitiaki/Manager von 30 Jahren, den Botaniker Hugh Wilson.

**NZ "Ein Mann gibt seinen Job im Finanzwesen auf, um Lebensmittel anzubauen und einen Permakultur-Lebensmittelwald zu entwickeln. Vom Finanzier zum Landwirt", <https://youtu.be/3jh1481J6qw>**

Andrew Martin arbeitete einst in der australischen Finanzbranche, doch nachdem er erfahren hatte, wie es um die Welt bestellt ist, als Peak Oil und der Klimawandel sich abzuzeichnen begannen, wusste er, dass er diesen nicht nachhaltigen Lebensstil hinter sich lassen und etwas Nützliches tun musste, um zur Heilung der Erde beizutragen und angesichts der Veränderungen widerstandsfähiger zu werden. Er und seine Frau Beth zogen nach Neuseeland, wo sie gerade dabei sind, grünes Wüsten-Ackerland in einen produktiven und üppigen Permakultur-Wald zu verwandeln. Es ist unglaublich zu sehen, wie viel sie nach nur drei Jahren bereits ernten.

**Jordanien "10-Jahres-Feier des Greening the Desert Project, Jordanien", <https://youtu.be/yI9wMtTvWps>**

Das Greening the Desert (GTD)-Projekt begann vor etwa zehn Jahren mit dem Kauf von Land und expandierte langsam, bis es zu exponentiellem Wachstum kam. Die Dinge begannen buchstäblich ganz oben, mit einem grossen Wassertank, der einen Dusch-/Toilettenblock speist, der direkt bergab liegt. Die Toiletten arbeiten mit Trockenkompostierung und liefern Dünger für die Pflanzen vor Ort, und das Grauwasser aus den Duschen und Waschbecken wird in ein nahe gelegenes Schilfbeet geleitet. Das Schilfbeet, das immer noch hoch in der Landschaft liegt, ist dann in der Lage, viele Bäume auf dem Gelände durch Schwerkraft zu bewässern. Alles wird vor Ort für eine nützliche biologische Reinigung verwendet.

Der Futterwald mit Steinmauern und erdgedeckten Gräben zieht sich durch die Landschaft bis zu den Kaninchen- und Hühnerställen, in denen der Dünger in einem System zusammengeführt wird, das alle fünf Wochen einen Kubikmeter Kompost erzeugt. Dieser wird dem Hauptanbau zugeführt, einem schattenspendenden Gemüsegarten. Der überschüssige Dünger (Kompost) wird für die Bäume des Nahrungsmittelwaldes und die Baumschule verwendet. Der Abfluss aus der Gärtnerei fliesst in den Gemüsegarten.

Das Unterkunftsgebäude hat ein Büro, ein Klassenzimmer und acht Schlafzimmer. Es ist zweistöckig und besteht aus Lehmziegeln und Strohballen. Auf dem Dach befindet sich ein wunderschöner Garten, der aus Dochtbeeten besteht.

**USA "Natural Sequence Farming How Peter Andrews rejuvenates düregeplagten Land Australian Story", <https://youtu.be/-4OBcRHX1Bc>**

Vor fast 50 Jahren nutzte der Brathähnchen-Tycoon David Bamberger sein Vermögen, um 5.500 Hektar überweidetes Land im texanischen Hill Country zu kaufen. Bamberger pflanzte Gräser, um den Regen aufzusaugen und die Grundwasserleiter in den Hügeln aufzufüllen, und widmete den Rest seines Lebens der Wiederherstellung der geschädigten Landschaft. Heute ist das Land wieder zu seinem ursprünglichen Lebensraum geworden und weist eine enorme Artenvielfalt auf. Bambergers Modell der Landbewirtschaftung wird nun in der ganzen Region nachgeahmt, und er gilt als Visionär in Sachen Landmanagement und Wasserschutz.

**USA "Profitable Farming and Designing for Farm Success von Jean-Martin Fortier", <https://youtu.be/92GDHGPSmeI>**

Werkzeuge und Gartenbautechniken machen den grössten Teil dessen aus, was einen diversifizierten Gemüsebetrieb rentabel macht, aber in dieser Präsentation wird JM Fortier erörtern, wie die Planungsphase eines jeden Betriebs noch wichtiger sein kann. Ausgehend von den Erfahrungen seiner eigenen 2-Hektar-Gemüsegärtnerei und einer neuen 5-Hektar-Gemüsegärtnerei, die er derzeit anlegt, wird JM einige der Gestaltungsprinzipien erläutern, die er befolgt hat.

**USA "Permakultur-Farm - nach 12 Jahren", [https://youtu.be/9n\\_ATKIY-fQ](https://youtu.be/9n_ATKIY-fQ)**

Die Okfuskee Farm setzt auf ihrem 20 Hektar grossen Grundstück auf Permakultur, Rotationsweidehaltung, Marktwirtschaft und mehr. Sie befindet sich in Silk Hope, NC.

**CAN "What Permaculture Got Wrong - Dispelling Five Common Myths", <https://youtu.be/C0kVIS3rQ28>**

Curtis Stone betreibt eine kommerzielle städtische Farm namens Green City Acres in Kelowna, BC, Kanada. Seine Mission ist es, anderen zu zeigen, wie sie auf kleinen Parzellen eine Menge Lebensmittel anbauen und davon leben können. Mit Heimwerken und einer einfachen Infrastruktur kann man im eigenen Garten oder im Garten eines anderen ein gutes Einkommen erzielen.

**"Meine Antwort auf Curtis Stone 'Was Permakultur falsch gemacht hat... Dispelling Five Common Myths'", <https://youtu.be/cS6uOWhjJE0>**

**UK "Ein Waldgarten mit 500 essbaren Pflanzen könnte zu einer nachhaltigen Zukunft führen", [https://www.youtube.com/watch?v=Q\\_m\\_0UPOzul](https://www.youtube.com/watch?v=Q_m_0UPOzul)**

Anstelle ordentlicher Reihen von Monokulturen werden in Waldgärten Obst- und Nussbäume, Sträucher, Kräuter, Weinreben und mehrjährige Gemüsepflanzen in einer scheinbar wilden Umgebung kombiniert. Diese Art der Agroforstwirtschaft ahmt natürliche Ökosysteme nach und nutzt den verfügbaren Raum auf nachhaltige Weise.

Martin Crawford aus dem Vereinigten Königreich ist einer der Pioniere des Waldgartens. Er begann 1994 mit einem flachen Feld und hat sein Land in ein Waldgebiet umgewandelt, das anderen, die sich für das Gärtnern im Wald interessieren, als pädagogische Ressource dient. Dieser Kurzfilm von Thomas Regnault zeigt Crawfords Waldgarten, der reichhaltig, vielfältig und essbar ist und eine Antwort auf die Zukunft der Ernährungssysteme sein könnte.

## **Netzunabhängiges Leben**

**CAN "Rentnerpaar, das netzunabhängig lebt, berichtet über seine 8-jährige Erfahrung", <https://youtu.be/2RAKB1z2MaQ>**

In diesem Video lernen wir Art & Mary kennen, ein Ehepaar im Ruhestand, das sich ein energieeffizientes und allergenfreies Haus bauen wollte und schliesslich völlig netzunabhängig lebte! Sie haben ein massives Solarenergiesystem für den Grossteil ihres

Strombedarfs, sie verarbeiten ihr gesamtes Brennholz selbst, bauen im Sommer viele ihrer Lebensmittel selbst an und sammeln Regenwasser für die Bewässerung ihres Gartens!

## ***Tiny Haus***

***"Modernes Tiny House mit offenem Konzept und Aufzugsbett #anawhite",  
<https://youtu.be/IHjJd4tkvSU>***

Voller frischer, origineller Tiny-House-Ideen hat dieses 24 Fuss lange, rustikale, moderne Tiny-Traumhaus auf Rädern alles zu bieten ... und offenen Raum obendrein! Ausgestattet mit einem Deckenbett mit automatischem Lift, einer umwandelbaren Sitzecke, einem aufklappbaren Schreibtisch, einem cleveren Schiebeschrank in der Dusche, einem verschiebbaren Speisekammerregal, einer versteckten Waschküche und vielem mehr bietet dieses kleine Haus modernen Komfort in einem offenen Grundriss.

***"Tiny House Designed To Be Elderly Disability Mobility Friendly", <https://youtu.be/BIQ3yuUmBiw>***

Dieses winzige Haus verfügt über viele senioren- und behindertenfreundliche Merkmale, die es zu einem sehr lebenswerten Raum machen. Zu diesen Merkmalen gehören konstruktive Aspekte wie Rampen, verstärkte Wände für sichere Handläufe und eine barrierefreie Toilette und Dusche. Es wurde darauf geachtet, dass es im Haus keine Stolperfallen gibt, und die Abmessungen des Hauses wurden sogar so konzipiert, dass man im Bedarfsfall einen Rollstuhl in dem kleinen Haus benutzen kann.

***"Jay Shafers atemberaubendes 5.000-Dollar-Winzighaus", <https://youtu.be/kokfl0vn9ZM>***

Sein neues Tiny House Design zielt darauf ab, die Dinge auf die absoluten Grundlagen und die Einfachheit in allen Aspekten zurückzubringen. Das bedeutet ein Haus, das einfach und angenehm zu bewohnen, einfach zu bauen und auch einfach zu bezahlen ist. Dieses neue Tiny House Design kostet eine bemerkenswert niedrige Summe von 5.000 US-Dollar!

***"Das Leben in einem winzigen Haus stinkt (manchmal)", <https://youtu.be/n7G7p1MPWIM>***

Ich werde ehrlich zu Ihnen sein und Ihnen sagen, warum das Leben in einem Tiny House (manchmal) schrecklich ist. In diesem Video spreche ich in meiner Pro- und Contra-Liste über die Nachteile eines kleinen Hauses.