

REINHARD FISCHER

Raumfahrt der Seele

Erlebnisse im Umkreis der Mentalprojektion
VERLAG HERMANN BAUER FREIBURG I. BR.

© 1975 by Verlag Hermann Bauer, Freiburg im Breisgau

ISBN 3 - 7626 - 0188 - 7

Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks und jeglicher Wiedergabe,
vorbehalten Lektorat: Siegfried Hermann

Gesamtherstellung: Poppen & Ortmann, Freiburg im Breisgau

Scanned by Detlef



Das tiefste und erhabenste Gefühl, dessen wir fähig sind, ist das Erlebnis des Mystischen.
Albert Einstein

INHALT

Wie es begann

Vergleiche von Mentalprojektion und Raumfahrt

Furcht und Gefahr während der Mentalprojektion

Meine erste Hellsehvision – Das Geheimnis der Schwelle

Austritt aus dem physischen Körper - Beginn seltsamer Erlebnisse

Symbolische Strukturen in der ersten Mentalprojektion Exkursionen im Zustand des Doppelbewußtseins

Bewegungen des Mentalkörpers im eigenen Zimmer Umgebungsstudien

Spontane Hellhörvisionen - Eine Unsichtbarmachung - Kürzere Mentalbewegungen - Weitere Exkursionen im Zimmer

Exkursionen außerhalb des Zimmers in bekannte und unbekannte Bereiche - Reise in die Vergangenheit

Ins Innere der vierten Dimension - Die Sphäre des Vergessens

Die Funktion des geistigen Sehens während einer

Exkursion - Strukturen und Probleme

Exkursion und Traum - Zwei Seiten einer Münze

Die Herauslösung des Mentalkörpers und ihre Technik

Robert A. Monroe: ein amerikanischer Exkursor

Mit dem Mentalkörper durch Raum und Zeit - eine Hypothese, die Wirklichkeit werden könnte

Das UFO - Problem aus dem Blickwinkel der Exkursion

Zeit, Form, Sein - Ausblick auf neue Bewußtseinskreise - Samadhi

PSI und Kunst - Der Geist des "Blauen Reiters"

Anhang

Bibliographie

WIE ES BEGANN

Wenn Sie diesen Bericht über meine außersinnlichen Erfahrungen zur Hand nehmen, so bitte ich Sie, dazu einige Mußestunden zu opfern, in denen Sie besser in der Lage sein werden, die von mir am eigenen Leib erfahrenen "harten Wirklichkeiten" nachzuempfinden. Ein flüchtiges Lesen birgt die Gefahr in sich, die Tiefe und den Ernst dieses Tatsachenberichtes nicht zu erkennen, womit Sie sich vielleicht um eine wesentliche oder sogar entscheidende Information gebracht hätten, die für eine Entfaltung und Erweiterung Ihres Bewußtseins von echtem Wert sein kann.

Vielleicht haben Sie schon Zukunftsromane gelesen, in denen außerirdische Wesen oder phantastische Monster die Akteure der Handlung waren und Ihnen kalte Schauer über den Rücken jagten. Oder Sie blickten mit gemischten Gefühlen zum Himmel und warteten auf das Erscheinen der ersten UFOs. - Dieser Bericht, in dem ich meine Erlebnisse beschreibe, die ich "außerhalb des physischen Körpers" hatte, ist nicht mit Science - fiction zu verwechseln, sondern er wendet sich an Menschen, die mit mir zu wissenschaftlicher Aufrichtigkeit neigen und eine kurze, aber reale Strecke in ein Spezialgebiet der ,ASW eindringen wollen, das sich unter der Bezeichnung "Seelenexkursion" in der deutschen parapsychologischen Terminologie eingebürgert hat. Dem Ausdruck ASW = Außersinnliche Wahrnehmung" entspricht der englische "Sammelbegriff "extra - sensory perception", abgekürzt ESP. Erlebnisse außerhalb des physischen Körpers nennt man im Englischen "out of the body experiences".

Der Leser mag den Eindruck gewinnen, daß diese Tatsachen so schlecht in das Mosaik der heutigen wissenschaftlichen Erkenntnisse hineinpassen, daß es immer wieder "Leerstellen" gibt, wenn er versucht, die neuen Steinchen der ASW in das "fertige Weltbild" einzuordnen. Und gerade deshalb, weil es diese Leerstellen noch gibt, die sich ja auch auf das Bewußtsein des modernen Menschen beziehen, habe ich mich entschlossen, diesen Bericht zu geben, der meine Erfahrungen schildert, die ich auf dem Gebiet der "Seelenexkursion" machen konnte. Ich selbst nenne die Trennung des Geist - oder Energiekörpers vom physischen Leib lieber "Mentalprojektion". Beide Bezeichnungen, die im Buch auch nebeneinander auftreten können, beziehen sie auf das gleiche Phänomen. Für den Geistkörper verwendete ich zwanglos folgende in der parapsychologischen Literatur gebräuchlichen Ausdrücke: Mentalkörper, Astralkörper, Zweiter Körper, Energiekörper - es gibt noch viele andere, wir wollen uns aber die hier bezeichneten genug sein lassen.

Erlebnisse der in diesem Bericht geschilderten Art dürfte es nach den Normen und dem Doktrinarismus der anerkannten Wissenschaften eigentlich nicht geben. Nun bin ich aber der Meinung, daß die Sinne des Menschen im Verbund mit seinem Bewußtsein ein recht verlässliches Instrument sind, wenn es darum geht, Erlebnisse richtig zu erfassen und wiederzugeben. Selbst dann noch, wenn diese Erfahrungen sich nicht mehr im Umkreis unseres gewohnten, alltäglichen Daseins abspielen, sondern in Bereichen der Seele, in denen auch andere Sinne als die gewohnten zum Werkzeug des Erkennens werden. Würde man den Wert der menschlichen Sinne nicht ungebührlich herabsetzen, wenn man behaupten wollte, nur die physischen Erfahrungen in der Materie seien von objektiver Realität, die der Psyche aber, wie sie sich in der ASW äußern, seien eine Täuschung oder absoluter Unsinn? Aus welchem Grunde sollte die Natur eine derart zweifelhafte Trennungslinie zwischen innerer und äußerer Wahrnehmung errichtet haben? Ist nicht der Spiegel für jede Art Wahrnehmung immer das gleiche Bewußtsein? In Wahrheit sind die menschlichen Sinne völlig verlässlich und autonom - gleich, ob man mit ihnen in bekannte oder fremde Bereiche eindringt. Nur haben sich bei der ASW zusätzlich neue Sinne gezeigt, die aber in der menschlichen Gestalt verankert sind. Wir sind jedoch noch nicht in der Lage, diese neuen, geistigen Sinne auf Wunsch einzusetzen und richtig zu steuern. In der ASW und PSI - Forschung stehen wir noch in der "Faustkeilperiode".

Wer noch nie eine Exkursion erleben konnte, wird vielleicht meinen, außerhalb des Körpers ständig neuen Eindrücken und sensationellen Begebenheiten ausgesetzt zu sein. Diese Meinung ist nur zum Teil richtig. Zwar ist schon eine kurze Zeit, die man außerhalb des physischen Körpers verbringt, eine Erfahrung, die an unmittelbarer Gewalt des Eindrucks alles übertrifft, was man im gewöhnlichen Alltag unseres endlichen Daseins erleben kann, doch ist auch nicht zu übersehen, daß man in diesem Zustand nichts geschenkt bekommt, für das man nicht die nötige Reife mitbringt, die man sich nur durch ständiges Bemühen im diesseitigen Leben aneignen kann. Die eigentliche "Mitte" des Mentalkörpers ist nichts anderes als das gleiche Bewußtsein, mit dem man auch hier und jetzt auskommen muß. Und wer in diesem Leben nicht nach höheren Erkenntnissen gestrebt hat, der wird dies auch im Mentalkörper nicht plötzlich tun. Das gleiche gilt für das Erreichen inneren Friedens. Andere mögen meinen, das Gebiet der ASW, in das auch meine Exkursionen gehören, sei in das Reich der Phantasie und der Träume zu verweisen. Einer solchen Anschauung kann nur durch eigene Erfahrung der Nährboden entzogen werden.

Es hätte für mich, als die Exkursionen begannen, sicher keinen zwingenden Grund gegeben, alles bis ins kleinste Detail aufzuschreiben, wenn ich auch nur das leiseste Gefühl gehabt hätte, daß es sich bei diesen Erfahrungen um Träume oder gar Halluzinationen handeln könnte. Träume hatte ich ja nach wie vor und konnte sie gut von dem unterscheiden, das plötzlich mit urhafter Gewalt in meiner Psyche zum Ausbruch kam. Außerdem träumte ich immer schwach und verschwommen und hatte kaum Erinnerungen daran. Ein Vergleich mit dem Neuen, das ich da erfuhr, war nicht möglich. Halluzinationen? - Auch diese Möglichkeit hielt ich für ausgeschlossen, weil ich in meinem ganzen vorhergehenden Leben nichts Derartiges bei mir bemerkt hatte. Ich war und bin ein für alles Physische aufgeschlossener Mensch und überzeugt, meine fünf Sinne einigermaßen beisammen zu haben. Wie hätte ich mich auch bei der heutigen Verkehrslage in ein Auto setzen können, wenn ich ständig von Halluzinationen und Wahnvorstellungen heimgesucht worden wäre. Nichts dergleichen kam für die Beurteilung meiner Erlebnisse in Frage.

Es wäre falsch, wenn ich sagen würde, meine außersinnlichen Erlebnisse hätten rein zufällig oder ganz spontan begonnen. In meinem Bericht ist klar zu erkennen, daß ich die erste Trennung des Mentalkörpers vom physischen Leib in einem gewagten Akt gewaltsamer Konzentration zuwege brachte. Gewagt deshalb, weil ich vor diesem Durchbruch keine Ahnung hatte, wie und mit welcher Technik eine Abspaltung möglich sei; und gewaltsam deshalb, weil ich auf Grund dieser Unwissenheit eine völlig falsche und gefährliche Methode anwandte, die ich mir selbst zurechtgelegt hatte. Aus meinem Bericht ist zu entnehmen, daß diese falsche Technik zwar schließlich zur ersten Herauslösung des Mentalkörpers führte, aber daß sie zugleich ein Husarenstück der Unvernunft war, wie ich es seitdem nie wieder versucht habe. Daß ich bei diesem Einbruch in fremde, unbekannte Bereiche am Leben blieb, läßt sich nur mit der enormen, innerlichen Erhitzung erklären, die wohl eine Mobilisierung aller lebensmotorischen Kräfte und Funktionen anzeigte. Diesem ersten Austritt waren noch in größeren Zeitabständen einige kleinere Erlebnisse außersinnlicher Art vorausgegangen, die mir schon damals zu Bewußtsein brachten, daß im Menschen seltsame Kräfte zur Wirkung kommen können, wenn er sich in entsprechenden emotionalen Spannungen befindet. Diese Spannungen treten bei jedem Menschen ab und zu auf, nur äußern sie sich auf verschiedene Weise und haben sehr unterschiedliche Faktoren zur Grundlage. Bei mir war es immer der Wechsel der Jahreszeiten; der in meiner Psyche seltsame Veränderungen bewirken konnte, die man aber nicht unbedingt als außergewöhnlich bezeichnen muß. Es waren Gefühle und Ahnungen in mir, die mich manchmal erhebend oder auch melancholisch beeinflussten. Wenn ich im Herbst durchs gefallene Laub schlurfte oder voll Sehnsucht durch die

goldenen Baumkronen ins unendliche Blau des Himmels spähte, rief das eine durchdringende Resonanz in meiner Seele hervor. Das gleiche, wenn im Frühling die ersten Blumen ihre zarten Gesichter zum Lichte streckten. Ahnungen von der Ewigkeit allen Lebens stiegen in mir auf, und oft fühlte ich eine innere Reinigung, nachdem ich so mystisch versunken den Dingen und ihrem inneren Wesen nachgelauscht hatte. Manchmal war es die verborgene und geheime Sprache der Farben, die in mir noch unbekannte Saiten zum Schwingen brachte. Wenn im März der Blütenessig den lichten Waldboden schmückte, vernahm ich in ihrem unbeschreiblichen Blau eine Botschaft aus höheren Welten. Das alles ist gewiß nichts Besonderes, weil man doch annehmen kann, daß in diesen Grenzbereichen des Jahres fast jeder feinfühlig Mensch von inneren Stimmen und Ahnungen erfaßt wird, die sich dann auf unterschiedliche Weise und der Mentalität entsprechend auswirken können. Bei mir entwickelte sich immer ein starker Drang zu künstlerischer Gestaltung, dem ich dann auf die mir gegebene Weise nachkam, z. B. habe ich schon seit meiner Kindheit viel gemalt und mich später sehr für moderne Kunst interessiert. So reagierte ich also zeichnend und malend auf die seltsamen Veränderungen in meiner Seele, die sich meistens in der Sehnsucht nach einem höheren Lebensprinzip und weiterem Bewußtsein äußerten. Damals begann ich auch - so ganz privat - idealistische Verse zu schreiben, von denen ich nachfolgend einen anführe, der sich auf die Themen dieses Buches zu beziehen scheint und schon eine Ahnung jener Transzendenz ankündigt, mit der ich später noch häufig in Berührung kommen sollte:

Warum soll es unmöglich sein, Daß Blumen blühen am Wolkenhain Und Sternenwege führen uns zum Licht? Ich will nicht glauben, daß ein Stein Und mag er noch so kantig sein Des Menschen Seele bricht!

Ich hielt also schon damals die Seele für so wirklich und überlegen, daß sie von der Materie - dem kantigen Stein - nicht verletzt werden kann. Beständig fragte ich nach dem Sinn dessen, das wir "Leben" nennen, und wollte allen Dingen auf den Grund sehen. In bezug auf meine malerische Betätigung hatte ich mich schon früh den Erscheinungen der Farben zugewandt, in denen ich höhere Ordnungen und Weltkräfte zu erblicken glaubte, die ich eng mit dem Begriff "Sein" verbunden fühlte. Eines Tages geriet ich an ein Buch von Goethes "Farbenlehre", beschaffte mir ein Prisma und führte mit Begeisterung jene Prismenexperimente durch, mit denen er sein "Urphänomen" der Farben gefunden und beschrieben hatte (Goethes Farbenlehre - Didaktischer Teil). Beim Blick durch das Prisma (60 Grad Flintglasprisma) sieht man alle Gegenstände von wunderbaren, intensiven Farbsäumen umgeben - den reinen Spektralfarben des Lichtes. Bekanntlich wird das weiße Licht der Sonne beim Durchgang durch ein Prisma in alle Regenbogenfarben aufgefächert. Dabei werden die roten Anteile des Lichtes am wenigsten gebrochen, die violetten Strahlen dagegen am stärksten. Das bunte Band, das sich so ergibt, zeigt der Reihenfolge nach die Farben Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett. Zwischen diesen Farbtönen sieht man noch alle möglichen Zwischennuancen kontinuierlich ineinander übergehen. Auf diesem Prinzip beruht auch die Spektralanalyse, mit deren Hilfe Wissenschaftler die Zusammensetzung des Lichtes und damit der chemischen Elemente auf fernen Sternen untersuchen. Bei mir war es aber kein wissenschaftliches Interesse an den Farben, sondern die reine Freude an der Erscheinung und Schönheit der verschiedenen farbigen Frequenzen, die man nur im Prisma in der reinsten und strahlendsten Art wahrnehmen kann. Es ist überliefert worden, daß im alten China der Besitz eines derartigen Prismas nur einem Herrscher erlaubt war. Einem Manne niederer Herkunft war es bei Androhung der Todesstrafe verboten, ein Prisma zu benutzen und die spektralen Farben zu sehen.

Daraus kann man entnehmen, daß man schon damals gewußt hat, wie so ein dreieckiger Glaskörper herzustellen und zu schleifen ist. Nur wäre für einen gewöhnlich Sterblichen der Preis für ein so schwer zu bearbeitendes Stückchen Glas sicher unerschwinglich gewesen. Aus welchen noch älteren Quellen mögen diese Kenntnisse wohl stammen? Jetzt drängt sich natürlich die Frage auf, was sah denn dieser Herrscher in den spektralen Farben so Besonderes, daß er den Blick durch den blinkenden Glaskörper als ein Vorrecht ansah, das nur ihm zuteil werden durfte, seinen Untergebenen aber streng verboten war? Wußte er vielleicht, daß man in den intensiv leuchtenden Farben das Element verborgener, höherer Welten und deren Gesetze vor Augen hatte? Vielleicht war ihm das Stückchen Glas ein Mittel, mit dem er einen Blick in diese verborgenen Welten tun konnte. Oder er benutzte es sogar als Tor, in diese höheren Welten einzudringen. Sollte er das Prisma tatsächlich als Tor benutzt haben, so kann man doch vermuten, daß nur der das Tor öffnen konnte, der auch den Schlüssel dazu hatte. Wir wissen heute nicht mehr, ob der Herrscher im alten China das Geheimnis der Spektralfarben ergründet hat oder ob er das Prisma als Kommunikationsmittel mit normalerweise unsichtbaren Bereichen verwendete. Wir wissen aber, daß Johann Wolfgang von Goethe mit einem Prisma sein "Urphänomen" der Farben gefunden hat und sich Jahrzehnte mit den spektralen Erscheinungen des Lichtes auseinandersetzte. Er sah in den Farben den Ausdruck des Göttlichen. Vielleicht wußte Goethe doch ein bißchen mehr über das Prisma und dessen Farbenkräfte, als er in seiner Farbenlehre zugeben wollte. Vielleicht erkannte er, daß seine Zeit für die Preisgabe eines Geheimnisses noch nicht reif war, an das er während seiner vielen Experimente unversehens gestoßen war. Seine Farbenlehre jedenfalls deutet in ihrer Gesamtheit auf etwas Höheres hin, auf ein umfassenderes Geständnis, zu dem er sich in seiner letzten Konsequenz nicht mehr durchringen konnte. So blieb der Titan demütig und von tiefer Ehrfurcht erfüllt an einer Grenze stehen, in deren Spannungsfeld es nur noch eines Schrittes bedurfte hätte, den Fuß in den Bereich der Transzendenz zu setzen, eines kleinen Schrittes, bei dem die Mauern der Materie zusammengestürzt wären. Durch sein Prisma sah er den seraphischen Glanz einer höheren Welt - jenseits aller Begrenzungen des körperlichen Daseins. Doch er wollte diesen Schritt über die Schwelle nicht mehr tun, dieses Wissen nicht mehr in Worte fassen.

Warum erzähle ich dies alles? - Weil es so ein Prisma war, das mir das erste Mal in meinem Leben ein außersinnliches Erlebnis bescherte. Es handelte sich um zwei Hellsehs visionen, die mir damals schon zeigten, daß der Mensch noch ganz andere Sinne in sich erwecken kann als die, von denen er täglich Gebrauch macht. Im Bericht habe ich den Versuch an erster Stelle beschrieben.

Außersinnliche Erlebnisse machen in ihrer Realität und Gewalt einen tiefen Eindruck auf den, der sie erlebt oder mit ihnen in Berührung kommt. Man kann selbst die kleinste dieser Erfahrungen nie wieder ganz vergessen, was man von unseren irdischen Eindrücken nicht immer behaupten kann. Das zeigt die tiefe Resonanz an, die eine Konfrontation mit dem Unsichtbaren in der Seele hinterläßt. Dieses erste Erlebnis, bei dem der "sechste Sinn" im Spiele war, wurde erst ein Jahr später durch ein zweites ergänzt. Damals machte ich mir keine tieferen Gedanken über dieses kurze Aufleuchten einiger Signale aus dem Unsichtbaren. Obwohl ich das Geheimnis fühlte, das über diesen seltenen Kuriositäten der Psyche schwebte, interessierte ich mich nicht sonderlich dafür. So geschah dann auch über vier Jahre nichts Nennenswertes mehr. Erst im Jahre 1962 kam es dann zu einer Reihe außersinnlicher Erlebnisse, von denen die erste Herauslösung des Mentalkörpers, die ich schon erwähnt hatte, das Entscheidende war. Danach setzten sich die Exkursionen in unregelmäßigen Zeitabständen bis heute fort. Das war in knappen Worten die Entwicklung, die meinen Mentalprojektionen vorausging. Schon nach den ersten Exkursionen außerhalb des physischen Körpers bemerkte ich die komplizierten Verhältnisse der Funktion des geistigen Sehens in bezug auf das

Bewußtsein. So hatte ich mich sehr bald der Sinnesschulung im eigenen Zimmer zugewandt. Das ist der Grund, warum ich bei den meisten Exkursionen das Haus nicht verlassen habe. Einem Außenstehenden mag das vorerst als Mangel erscheinen, aber durch diese Beschränkung auf den engeren Umkreis vom physischen Körper sind mir doch sehr genaue und spezifische Erfahrungen zuteil geworden, die den Mentalkörper, seine Bewegungen und Fähigkeiten besonders beleuchten. Für den Wissenschaftler dürften sich hier neue Blickwinkel und brauchbare Fakten für die Erforschung von Telepathie, Hellsehen und der ASW im allgemeinen ergeben.

Die Bewegungen des Mentalkörpers außerhalb der Physis ähneln in ihrer Struktur so auffällig denen der Astronauten im schwerelosen Raum, daß es sich lohnt, die Parallelen und Analogien der psychischen Exkursion mit der Raumfahrt etwas näher zu beleuchten. Ein entsprechender Vergleich sei im nächsten Kapitel unternommen.

VERGLEICHE VON MENTALPROJEKTION UND RAUMFAHRT

Es ist mehr als bemerkenswert, daß in unserem rationalistischen Zeitalter der technischen Revolutionen, als dessen am höchsten gezüchtetes Kind die Raumfahrt genannt werden kann, auch im Bewußtsein und in der Psyche des Menschen tief greifende Veränderungen zu beobachten sind. Die Signale und Spuren der außersinnlichen Phänomene werden im Untergrund der psychischen Forschung schon lange beobachtet und registriert. Diese Veränderungen umfassen die ganze Psyche und deuten auf eine Erweiterung und ein tieferes Verständnis dessen, was wir die "Ganzheit" der menschlichen Gestalt nennen, mit all ihren Fähigkeiten und Sinnen.

Es handelt sich um die zunehmende Erkenntnis, daß die körperlichen Sinne, wie sie sich in den grundlegenden Umweltbereichen der Natur gebildet haben, noch nicht die ganze Skala der Wahrnehmungsmöglichkeiten darstellen, die im Menschen als Grundanlage verankert sind. Demzufolge war bisher auch die Erkenntnisfähigkeit in bezug auf das Weltganze und die Stellung des Menschen in ihm sehr beschnitten. Dieser Mangel ist wohl mit verantwortlich dafür, daß die westliche Welt sich immer mehr in materialistische Tendenzen verstrickt und sich von den Forderungen der Seele, die letztlich nur in der Transzendenz ihr Seinsfeld finden kann, immer mehr entfernt. Selbst dem kühnsten Fortschrittsfanatiker wird immer klarer, daß das Scheinziel einer nur auf materiellen Wohlstand gegründeten Welt in immer fernere Horizonte entweicht und zur Fata Morgana einer Bemühung wird, die in ihren Wurzeln bereits angefault ist. Der Wettlauf mit der Zeit geht jetzt kaum noch ums Wohlergehen der menschlichen Rasse, sondern eher schon ums Überleben.

Ich habe mir aber nicht vorgenommen, Kritik an der negativen Entwicklung im Umweltbereich zu üben, in die wir alle schon hineingeraten sind, und die vielen Mängel aufzuzeigen, mit denen unsere Zivilisation behaftet ist - das ist schon so oft geschehen. Mir geht es vielmehr darum, die Tatsache hervorzuheben und dem Verstehen nahezubringen, daß die menschliche Psyche in ein kritisches Stadium der Entfaltung getreten ist, in der sie mit Entschiedenheit ihre Substanz, ihr Sein deutlich machen wird. Unter Umständen wird sie mit zerbrechender Gewalt ins "fertige Weltbild" der religiösen und wissenschaftlichen Thesen eindringen. Vielleicht hat man die Horizonte doch zu eng gesteckt, in deren Bereich das Phänomen "Mensch" eingewiesen worden ist, und nicht erkannt, daß die Transzendenz der Seele durch keinen materialistischen Zaun begrenzt werden kann. Es sollte sich in Zukunft keine ernsthafte Wissenschaft mehr leisten, ihre Forschung unter Ausklammerung der Probleme und Ergebnisse zu betreiben, wie sie in der noch jungen Parapsychologie bei der Ergründung der ASW sichtbar werden. Hier möchte ich wieder auf die "Hypothese" des Geist oder Mentalkörpers zu sprechen kommen, dessen Vorhandensein mir immerhin zu den größten und erschütterndsten Erfahrungen meines Lebens gereichte und mich von der Unsterblichkeit der Seele überzeugt hat. Auf die Frage, ob es den Zweiten Körper, welcher der Sitz des lenkenden Bewußtseins ist, überhaupt gibt, muß ich nach

allem, was ich während meiner Exkursionen erfahren habe, mit "ja" antworten. Im gleichen Atemzug muß ich aber hinzufügen, daß seine Existenz vorerst nur durch eigene Erfahrung erkannt werden kann. Ich weiß kein Experiment, mit dem man einem Außenstehenden sein Dasein unzweideutig beweisen könnte. Das muß aber nicht immer so bleiben. Man muß erst das Gefühl richtig erlebt haben, in diesem Zweiten Körper zu sein, in ihm zu sehen, zu tasten und sich zu bewegen, um von dessen Existenz überzeugt zu werden. Dann braucht man nicht mehr zu zweifeln und vermuten, der Mentalkörper sei allein mit den Begriffen "Telepathie" und "Hellsehen" zu erklären, die sich mir eher als Nebenerscheinungen gezeigt haben. Der feine Energiekörper scheint die Quelle all dieser Kräfte zu sein. Wenn bei mir Hellsehvisionen auftraten, so bemerkte ich, daß mit ihnen keinerlei Anstrengung oder Energieverlust verbunden waren. Das gleiche war beim "Hellhören" der Fall.

Die totale Herauslösung des Geistkörpers brauchte dagegen viel größeren Einsatz von körperlicher und psychischer Energie, und die bewußte Erfahrung, außerhalb der Physis zu sein, ist unvergleichlich gewaltiger als etwa die Empfindung bei einer gewöhnlichen Hellsehvision. Auf die Raumfahrt bezogen wären die Phänomene "Hellsehen", "Hellhören" und "Telepathie" nur mit unbemannten Raumsonden zu vergleichen, die von Technikern und Wissenschaftlern gestartet werden, um etwa erste Beobachtungen über die Formationen des Mondbodens oder die Beschaffenheit der Marsatmosphäre vorzunehmen. Wenn es zum Beispiel zu den Aufgaben der unbemannten Sonden gehörte, Bilder von der Oberfläche von Mond und Mars aufzunehmen und zur Erde zu funken, so waren die Aufzeichnungen noch unvollkommen. Sie zeigten nur die groben Umrisse der Bodenstrukturen. Meistens konnten die Flugsonden die Raumkörper oder Planeten nur umkreisen und ihre Beobachtungen und Messungen aus großer Höhe durchführen. Danach wurden diese mit einem komplizierten System der Funk - Bildübertragung zur Erde gesandt, zu einem erkennbaren Bilde zusammengesetzt und durch Spezialisten ausgewertet. Der ganze Vorgang wurde vom Boden aus gesteuert oder lief zum Teil automatisch ab. Die Kommandos kamen von Technikern im Raumfahrtzentrum, welche als Träger von Willen und Bewußtsein die Entscheidungen trafen.

Der Mensch begab sich also nicht mit seinem Körper zu den fernen Planeten, sondern schickte ein technisches Fluggerät, das er für bestimmte Funktionen der Wahrnehmung und Aufzeichnung konstruiert hatte. Das Risiko, eine solche Sonde zu starten, war natürlich weit geringer als eine bemannte Raumfahrt. Dafür mußte man sich aber mit Informationen begnügen, die bei weitem nicht so genau und umfassend waren als die, welche später die Astronauten zur Erde brachten.

Vielleicht werden Sie mich verstehen, wenn ich hier eine Parallele zu Hellsehen, Hellhören und Telepathie sehe, die alle im Mentalkörper verankert sind und in ihrer Funktion und Aufgabe mit den unbemannten Sonden verglichen werden können. Auch beim einfachen Hellsehen war ich immer nur Zuschauer einer Szene, eines Bildes, das ich in Schwarzweiß oder in Farbe sah, aber das mir nur in zwei Dimensionen, also flach erschien. Mein Bewußtsein und Selbst blieben im physischen Körper. Die Bilderfassung geschah durch die psychische "Raumsonde", die man auch als den "sechsten Sinn« bezeichnet hat. Und weil es sich beim Hellsehen eben nur um eine Sonde handelt, die dem Seelenauge ein Bild überträgt, ist die Information und Wahrnehmung bei weitem nicht so umfassend, wie sie durch eine totale Trennung des Mentalkörpers vom physischen zu erreichen ist.

Genau wie die Raumfahrtwissenschaftler dazu übergehen mußten, den ganzen Menschen ins All zu schießen, wenn sie präzise und kompetente Informationen über einen anderen Himmelskörper erhalten wollten, so kann auch der Mensch seinen physischen Körper verlassen und mit der "Rakete" seines Mentalkörpers die fremden Frequenzen der "hypothetischen Astralebene" aufsuchen, wenn er zu umfangreicheren

Erfahrungen kommen will, die von den "Sonden" Hellsehen und Telepathie nicht mehr beschafft werden können. Jetzt kann er wie der Raumfahrer - mit seinem ganzen Bewußtsein und Selbst Wahrnehmungen machen, bei denen er in der dritten Dimension handelt, sich also mitten in der Szene befindet. Ein Astronaut, der auf dem Mondboden spazierengeht, kann ebenfalls Handlungen vollbringen, die den umkreisenden Sonden nicht möglich waren, denn auch er befindet sich jetzt mit seinem ganzen Bewußtsein und dem Potential seiner Sinne mitten in der Szene in der dritten Dimension. Er kann zum Beispiel einen Stein aufheben und von allen Seiten betasten, die Farb und Formstrukturen genau erkennen und sein relatives Gewicht bestimmen. Er kann ihn auf schärfsten Film aufnehmen, eine erste Materialanalyse vornehmen und schließlich zur Erde herunterbringen.

Diese enorme Mehrleistung gegenüber der Sonde wurde aber nur durch das Risiko eines persönlichen Einsatzes von Leib und Leben erzielt und dem damit verbundenen hohen Aufwand an wissenschaftlich - technologischen und finanziellen Voraussetzungen. Vor allem läßt sich der ganz persönliche und unmittelbare Eindruck, den die Astronauten auf einem fremden Himmelskörper gewinnen, durch kein unbemanntes Fluggerät ersetzen. Bei der Mentalprojektion können wir eigentlich die gleichen Fakten und Vorteile anführen, gegenüber Hellsehen und Telepathie, wie sie sich bei der bemannten Raumfahrt im Vergleich zur Sonde gezeigt haben, also unmittelbares Dabeisein. In meinem Bericht ist zu ersehen, daß der Mentalkörper alle Dinge im Zimmer berühren konnte, wenn er es wollte, daß er sie von allen Seiten betasten konnte und schließlich auch die Farben und Strukturen auf einem Stein erkannte, genau wie es den Raumfahrern auf dem Mondboden möglich war. Nur sind die Verhältnisse des geistigen Sehens zum Bewußtsein und seine Funktion während einer Exkursion dermaßen kompliziert, daß ich mich genötigt sah, im Anschluß an meinen Bericht das Problem in einem besonderen Kapitel etwas näher zu beleuchten.

Bisher habe ich nur grobe Vergleiche der psychischen Exkursion mit der Raumfahrt angestellt, die sich auf das Sehen und Tasten bezogen. Außerdem versuchte ich auf die allgemeinen Parallelen hinzuweisen, die sich im Vergleich von Sonde und Hellsehen zu erkennen geben. Die Bewegungen des Mentalkörpers aber sind das stärkste Argument, das einen Vergleich mit den Bewegungen der Astronauten im schwerelosen Raum rechtfertigen kann. Wer seinen feinen Energiekörper herausgelöst hat, dem werden seine Bewegungen zum ersten und ganz großen Erlebnis im Rahmen seiner außersinnlichen Exkursionen.

Sofort nach der Resonanz - Phase gerät der Mentalkörper in den "Sog". Was ich hier als einen "magnetischen Sog" bezeichnen möchte, ähnelt sehr der Bewegung, die man empfindet, wenn man mit geschlossenen Augen in einem Fahrstuhl fährt. Besser ist es aber, sich vorzustellen, ein Stück Eisen werde von einem Magnet angezogen, wobei der Mentalkörper die Rolle des Eisens hätte. Diese Art der Bewegung ist es also, die man nach

der Abspaltung empfindet, und sie wird so lange beibehalten, bis der Mentalkörper seinen Zielort erreicht hat. Das kann schon augenblicklich der Fall sein, kann sich aber auch mehrere Sekunden hinziehen. Wenn man im Zimmer bleibt, wird diese Bewegung nur sehr kurze Zeit gefühlt. Bleibt man weiterhin im Raum, so bewegt sich der Zweite Körper nicht etwa wie ein Fußgänger auf der Erde, sondern man macht die zweite große Erfahrung: Man kann schweben. Dieses Schweben kann von sanftem Gleiten, bei dem der Mentalkörper vertikale Lage hat, bis zum unkontrollierten Taumeln erfahren werden, bei dem man sich Mühe geben muß, wieder in eine ruhige Lage zu kommen. Das war am Anfang öfter der Fall, wenn ich noch in der Nähe des physischen Körpers war.

Manchmal gleitet der Energiekörper dicht über dem Fußboden, oder er schwebt auf halber Höhe des Zimmers und kann dort ähnliche Kapriolen vollführen, wie sie uns von Fernsehbildern der Astronauten aus der Schwerelosigkeit in der Raumstation vor Augen

geführt werden. Meistens wird die Bewegung und das Sein im Zweiten Körper während einer Exkursion von einem starken Gefühl innerer Freiheit begleitet, denn immerhin sieht man darin den uralten Wunschtraum der Menschheit verwirklicht, sich ohne Fluggerät und nur vom Willen getrieben in den Raum zu erheben. Was sich in der Materie als unmöglich herausgestellt hat, ist, getrennt vom physischen Körper, Wirklichkeit geworden.

Meine erste Abspaltung von der Physis, die ich mit dem Willen erzwungen hatte, war wohl ein sehr seltenes und, wie ich schon sagte, gefährliches Unternehmen. Nicht viele Menschen werden diese gewaltsame Technik bisher ausprobiert haben. Doch ein Nützliches hat mir diese Art der Trennung doch eingebracht - . Bei allen weiteren Projektionen blieb mein Bewußtsein von Anfang bis Ende voll erhalten, und ich war somit in der Lage, den Vorgang des Austretens aus der Physis sowie des Eintauchens bis in die kleinste Nuance der Empfindung mitzuerleben. Ich habe das Bewußtsein während diesen kritischen Phasen also nie verloren, wie es von anderen Exkursoren berichtet wird, und sein Weg und Zustand im Sog war mir nicht verschlossen. Ich war erstaunt, als ich von anderen Forschern las, daß sich bei ihnen das Bewußtsein erst einstellte, als sie sich schon an irgendeinem Ort außerhalb des Leibes befanden.

Diese erste gewaltsame Trennung brachte auch ein neues, überzeugendes Argument hervor, durch das ein Vergleich der Exkursion mit Problemen der Raumfahrt vertretbar erscheint. Bekanntlich werden die Astronauten in ihrer Rakete während der Phase der Beschleunigung einem enormen Andruck unterworfen, der das Zehnfache und mehr ihres eigenen Körpergewichtes erreichen kann (je nach Geschwindigkeit). Diese starke Druckbelastung ist plötzlich wie weggeblasen, wenn die Rakete das Schwerfeld der Erde überwunden hat. Jetzt fühlen sich die Raumfahrer frei und können sich in jeder beliebigen Lage halten, selbst wenn es mit dem Kopf nach "unten" wäre, weil die Begriffe "oben" und "unten" hier keine Gültigkeit mehr haben.

Das Argument, das ich oben, bezüglich meiner ersten Exkursion, angekündigt habe, ist folgendes: Genau wie die Astronauten während der Beschleunigung ihrer Rakete wurde auch ich während der ersten Phase der Abspaltung vom physischen Körper einem unbeschreiblichen Andruck unterworfen, der sich plötzlich auflöste, als der Mentalkörper die Physis verlassen hatte. Sofort fühlte ich mich ebenso frei wie die Astronauten in der vergleichbaren Situation. Nur habe ich diesen Andruck, der bei mir ebenfalls das wohl Zehn - bis Zwanzigfache meines normalen Körpergewichtes ausmachte, nur einmal erlebt, als ich eben die völlig verkehrte Technik der Trennung anwandte.

Ich glaube, daß der Leser nun doch erkennt, daß ein Vergleich von Exkursion und Raumfahrt nicht zu weit hergeholt ist und auffallende Übereinstimmungen in verschiedenen Phasen sichtbar macht. Aber es gibt noch andere Analogien, die sich vor allem auf den Zustand des Bewußtseins nach einer gelungenen Exkursion beziehen und auch in der Raumfahrt ihr Gegenstück haben. Es handelt sich um gewisse Anpassungsschwierigkeiten, die man während der ersten Stunden nach dem Eintauchen in den physischen Körper durchmacht.

Besonders in der ersten Zeit der Versuche traten folgende Nachwirkungen auf : eine leichte Benommenheit, 'die sich gelegentlich zu einer inneren Leere verdichtete, welche einige Stunden anhalten konnte, eine starke Abneigung, mit stromführenden Geräten in Berührung zu kommen, auch wenn diese einwandfrei isoliert waren. Eine Abneigung, blanke oder kalte Metalle anzufassen, weil ich in meinem physischen Körper noch den Rest einer seltsamen Strahlung fühlte, die noch irgendwie aktiviert war, deren Natur ich aber nicht kannte. Und schließlich hatte ich beim Gehen auf der Straße oft das Gefühl, noch nicht die richtige Körperschwere zu haben, da ich leichter als sonst "dahinschwabte", was sich auch in einem unsicheren oder schwankenden Gang auswirken konnte. Dazu kamen dann noch seelische Gleichgewichtsstörungen, die sich in dem Gefühl äußerten,

nicht mehr so recht in diese Welt hineinzupassen und sich wie ein Fremder unter Fremden zu bewegen.

Zu diesen eher noch negativ gefärbten Nachwirkungen kamen aber auch noch positive: eine innere Reinigung, eine gewisse Fähigkeit, Probleme und Strukturen des Lebens klarer zu durchschauen, das Gefühl, daß man sich in der Materie in einer Schwingungsebene unter vielen anderen bewegt, das verstärkte Bewußtsein, auf der Erde nur Gast auf bestimmte Zeit zu sein und anderes. Da ich aber von Natur aus mit einem ziemlich dicken Fell ausgerüstet bin und mich nach den Exkursionen schnell wieder mit natürlichen Dingen beschäftigte, integrierte ich mein Bewußtsein bald wieder mit den Gegebenheiten und Forderungen des körperlichen Daseins.

Nicht die gleichen, aber doch ähnliche Nachwehen sind von den Astronauten bekannt geworden, nachdem sie längere Zeit - von der Erde abgetrennt - im schwerelosen Raum den veränderten Lebensbedingungen ausgesetzt waren. Nach ihrer Landung mußten auch sie erst wieder ins gewohnte Leben mit seinem normalen Ablauf zurückfinden (ein Astronaut schrieb ein ganzes Buch über dieses Problem). Daß diese Anpassungsschwierigkeiten nach einer Exkursion die ersten Monate tatsächlich auftraten, deutet doch darauf hin, daß die totale Herauslösung des Mentalkörpers mehr sein muß als Hellsehen und Telepathie, denn bei diesen Phänomenen habe ich derartige Nachwirkungen nie bemerkt.

Leider machen sich auch in der Exkursion mit den Jahren die bekannten Sättigungserscheinungen bemerkbar, die für fast alle außersinnlichen Leistungen zu gelten scheinen und es immer schwieriger machen, weitere Forschungen zu betreiben. Gerade auf diesem noch kaum erforschten Gebiet der ASW wären umfangreichere Kenntnisse sehr wichtig. Ich glaube aber, daß das Nachlassen außersinnlicher Wirkungen nicht prinzipiell bedingt ist, sondern von vielen zum Teil recht subtilen Faktoren abhängt. Im Vergleich dazu ist es auch bei Astronauten mit guter Kondition zu beobachten, daß sie nicht ein Leben lang in der aktiven Raumfahrt mithalten können, weil es sich dort ebenso wie bei der Mentalprojektion um Grenzfälle der menschlichen Forschung handelt, die Besonderes an Energie und Durchhaltevermögen abverlangen. Außerdem hat die wissenschaftliche Erforschung des Energie oder Geistkörpers noch nicht richtig begonnen, deshalb fehlen auch noch brauchbare Methoden, die eine leichtere Abspaltung bieten könnten. Ohne die Lösung dieses Hauptproblems wird eine kontinuierlich weiterschreitende Forschung auf dem Gebiet der "Seelenexkursion" nicht möglich sein. Die Parapsychologie arbeitet zur Zeit noch an den "Sonden" Telepathie und Hellsehen und versucht die meisten außersinnlichen Kommunikationsleistungen auf diese ihre Arbeitshypothese zu reduzieren, ein Versuch, der nicht immer glückt, weil die Existenz eines Zweiten Körpers noch nicht gebührend berücksichtigt wird. Es sind eine Handvoll Menschen aus verschiedenen Ländern bekannt geworden, die sich auf dem schwierigen Gebiet der Exkursion betätigen und der Natur einige ihrer Rätsel entreißen konnten: Das meiste aber bleibt nach wie vor im dichten Nebel des Unbegreifens versunken.

Die Berichte der verschiedenen Exkursoren liegen zum Teil auch in Buchform vor und decken sich in ihrer Spezifität zum größten Teil. Vor allem die Techniken der Abspaltung, die Empfindung der Bewegungen des Zweiten Körpers sowie das geistige Sehen und die Bewußtseinslage außerhalb der Physis werden oft mit einer Übereinstimmung geschildert, die den Zufall oder "Schwindel" als Erklärungshypothese völlig unmöglich macht.

Außerdem haben sich diese Menschen nicht gesehen und meistens nichts voneinander gewußt, als ihre Erlebnisse begannen. So ist die Erfahrung, außerhalb des physischen Körpers zu sein, unter gewissen Voraussetzungen als eine allgemein menschliche zu betrachten. Die Abweichungen, die in ihren Berichten auftauchen, sind von untergeordneter Bedeutung und lassen sich auf die verschiedene Mentalität, Erkenntnisfähigkeit und Berichterstattung zurückführen, wobei ich den Faktor "geistige Entwicklung" nicht erst ins Spiel bringen möchte, weil er in diesem Zusammenhang zu

Mißverständnissen bei der vorurteilsfreien Betrachtung unterschiedlicher Erfahrungen führen könnte.

Jeder Exkursor hat wohl eine eigene, wertvolle und die tieferen Strukturen der Seele kennzeichnende Facette der ASW aufleuchten lassen, die jedoch manchmal mehr oder weniger gefärbt erscheint durch Faktoren der vorherrschenden Meinung und Weltsicht. Dem Parapsychologen und Wissenschaftler wird es sicher möglich sein, die scheinbaren Widersprüche in Einklang zu bringen. Viele der Gründe für die unterschiedlichen Berichte über Projektionen und die Schwierigkeit ihrer objektiven Auslegung werden Sie mit dem in diesem Buch besonders herausgearbeiteten Schlüssel, der Gedankenbildekraft, selbst entdecken können.

Ich hoffe, daß es mir gelungen ist, mit dieser vorbereitenden Betrachtung glaubhaft zu machen, daß ein Vergleich von Exkursion und Raumfahrt möglich und sinnvoll ist, wenn man die Phänomene nicht etwa vermischt, sondern auf dem eigenen Felde der Erfahrung betrachtet. Dieses Erfahrungsfeld ist für den Mentalkörper vornehmlich das geistige Universum der Psyche, während es für den Astronauten der materielle Kosmos darstellt. In der Gegenüberstellung beider Phänomene könnte man auch von psychischer und physischer Raumfahrt sprechen. .

FURCHT UND GEFAHR WÄHREND DER MENTALPROJEKTION

Wer es unternimmt, seinen Mentalkörper herauszulösen, der wird am Anfang von einem durchdringenden Gefühl der Angst erfüllt. Selbst Menschen, die der Meinung sind, daß sie sich nie vor etwas fürchten können, werden diesem Gefühl nicht entgehen, wenn sie plötzlich nicht mehr in ihrem physischen Körper sind. Deshalb ist es bestimmt nicht übertrieben, wenn ich sage, daß schon etwas Mut zur Seelenexkursion gehört. Meistens wird aber ohne diesen Mut und den festen inneren Wunsch, den physischen Körper zu verlassen, die Resonanzphase überhaupt nicht erreicht, die für eine Abspaltung des Geistkörpers Bedingung ist.

Natürlich versucht man sich durch Vernunftdenken über den eigentlichen Grund der Furcht klar zu werden, ohne aber nennenswerte Erleichterung zu verspüren oder die Ursache sofort zu bemerken. Dabei scheint die Sogphase am Beginn der Exkursion die kritischste zu sein. Solange der Mentalkörper noch in Bewegung ist, sind die furchtsamen Empfindungen am größten. Das liegt vor allem daran, weil man nie genau weiß, an welchem Ort oder in welcher Szene man gerade landen wird. Wenn man nicht im eigenen Zimmer bleibt, sondern in die fremden Bereiche der Astralebenen reist, die nicht mehr zum Terrain unserer bekannten Erdoberfläche gehören, ist die gespannte innere Erwartung noch größer. Sobald aber der Mentalkörper seinen Zielort erreicht hat, läßt die Furcht meistens merklich nach, weil er dann sofort mit der Wahrnehmung und bewußtseinsmäßigen Erfassung seiner neuen Umgebung beschäftigt ist.

Es sind aber nicht nur die Faktoren der Unsicherheit und Ungewißheit vor dem Unbekannten, die zu allen möglichen Befürchtungen außerhalb des physischen Körpers führen, es ist vor allem die dem Menschen innewohnende "Urangst", die aus den Tiefen der Psyche aufsteigt und sich während der ersten Exkursionen in den Vordergrund des Bewußtseins drängt. Diese Urangst ist identisch mit jener, die wir empfinden, wenn wir uns in einem völlig dunklen Wald vorwärts tasten müssen. Ein weiterer Grund ist in der Befürchtung zu sehen, nicht mehr in den gewohnten Körper, in die materielle Hülle zurückkehren zu können. Es handelt sich also auch um eine "Todesangst". Außerdem ist die Herauslösung des Mentalkörpers eine Handlung, die gegen das Gesetz der Selbsterhaltung zu verstoßen scheint, dem in der Natur so großes Gewicht beigemessen wird. Normalerweise geht ja der Mensch erst in die Auflösung beziehungsweise trennt seinen Geistkörper ab, wenn der physische Körper den Forderungen eines einigermaßen erträglichen Lebens nicht mehr nachkommen kann. Das ist infolge von Alter, Krankheit oder gewaltsamer Zerstörung des materiellen Trägers der Fall.

Je öfter man den Körper verlassen kann, desto mehr läßt die Furcht nach, um nach einigen Monaten immer mehr in den Hintergrund des Bewußtseins zu treten. Später bleibt sie nur noch in Spuren erhalten. Man hat sich also einigermaßen an den neuen Zustand gewöhnt. Schließlich gelangt man immer mehr zu der Erkenntnis, daß ein großer Teil der Unsicherheit rein mental bedingt ist und daß die Projektionen des Bewußtseins ohne hemmende Befürchtungen viel ruhiger und besser ablaufen. Es kommt dann nicht mehr so oft zu den hastigen und unüberlegten Handlungen und Bewegungen des Mentalkörpers.

Manche Erlebnisse im Zweiten Körper machen wirklich einen gefährlichen Eindruck und scheinen sich nicht in das vom Menschen vorgestellte "Ideal" außersinnlicher Erfahrungen und Vorstellungen einzufügen. In der Tat treten ab und zu Hindernisse und Situationen auf, bei denen das Selbst von panischer Angst ergriffen wird. Ich glaube aber, daß auch in diesen Fällen viele "Gefahren" eine Folge emotionaler Unruhe und übersteigerter Furcht sind. Wer mit derartigen Stimmungen und Gefühlen seinen physischen Körper verläßt, zieht oft die entsprechenden dunklen Wesenheiten und Szenen automatisch an. Die Gedankenbildekraft in Verbindung mit einem negativen "Erwartungseffekt" tut dann das übrige, um den Mentalkörper mit seinem Bewußtsein völlig aus der Verfassung zu bringen. Auf diese Weise werden wohl viele der Gefahrenmomente und Ängste zu erklären sein, die sich außerhalb des physischen Körpers einstellen.

Es sollte aber nicht übersehen werden, daß es noch einen beachtlichen Rest von Erlebnissen gibt, bei denen die obengenannten furchtauslösenden Faktoren nicht mehr in Betracht gezogen werden können. Manchmal wird der Mentalkörper ohne ersichtlichen Grund von unbekanntem Mächten oder Wesenheiten angegriffen und erkennt sofort, daß hier ein "Fremdes" auf ihn einwirkt, das nicht mehr aus dem eigenen Seelenstatus abgeleitet werden kann. Alle Exkursoren berichten aber übereinstimmend, daß es ihnen immer wieder gelungen ist, aus diesen peinlichen Zuständen und Anfechtungen zum Licht des klaren Bewußtseins und der Selbstkontrolle zurückzufinden.

Man kann sagen, daß die Natur auf keinem Gebiet der menschlichen Forschung leicht begehbare Wege vorgesehen und gebahnt hat. Meistens gelingt es nur mit großer Mühe und Ausdauer, den Geheimnissen des Lebens auf die Spur zu kommen, besonders wenn es sich um parapsychische und para - psychische Probleme handelt. Ängste und Gefahren müssen also bei einer Projektion in Rechnung gestellt werden und sind auf jeden Fall zu überwinden. Auf keinen Fall wollte ich aber hiermit den Eindruck erwecken, als sei die Mentalprojektion gefährlicher als etwa das Autofahren im heutigen Straßenverkehr, mit dessen Folgen fast jeder schon einmal in Berührung gekommen ist. Ich wollte nur zu erkennen geben, daß die mentalen Frequenzen kein Spielfeld für leichtsinnige Naturen sind, weil dieses Gebiet im empirischen und wissenschaftlichen Sinne noch weitgehend unerforscht ist. Besonders Menschen, die zu pseudo - religiösen oder magisch - sentimental Schwärmereien neigen, können hier in ein Feld geraten, bei dem sie den festen Boden unter den Füßen verlieren.

Eine durchgreifende Erforschung der außersinnlichen Phänomene wird nur in großen wissenschaftlichen Forschungsvorhaben möglich sein und kann auf die Dauer nicht vom Alleingang einer Handvoll ernsthafter Parapsychologen oder Exkursoren erwartet werden. Wer glaubt, die innere Reife zur Aussendung des Astral - oder Mentalkörpers zu haben, der wird in Meditation und Yoga brauchbare Hilfen finden, die Kontrolle über sein Bewußtsein außerhalb der Physis zu erlangen. Außerkörperliche Erlebnisse sind aber nicht das letzte Ziel des Yoga, wie es manche meinen mögen. Abschließend möchte ich noch sagen, daß die tieferen Wurzeln der Furcht außerhalb des Körpers keiner plötzlichen Laune entspringen, sondern archaisch und elementar sind. Jahrtausende im Menschenwesen begründet stellt die Urangst den letzten Schatten einer niederen, noch nicht überwundenen Entwicklungsstufe der Menschheit dar.

MEINE ERSTE HELLSEHVISION DAS GEHEIMNIS DER SCHWELLE

An einem milden Novembertag im Jahre 1957 las ich aufmerksam in einem Buch über die Farbenlehre Goethes. Staunend verfolgte ich, mit welchem Ernst sich der Meister dem Phänomen der Farben zugewandt hatte und mit welcher Begeisterung er viele Jahre seines Lebens die spektralen Erscheinungen des Lichtes in ihrem wahren Wesen zu ergründen suchte. In diesem seinem Bemühen ist er später von vielen seiner Anhänger und Freunde mißverstanden worden. Goethe aber wußte um den Wert der elementaren, uranfänglichen Naturerscheinung der Farben und sah in dem tief in die Seele dringenden Leuchten dieser "Kinder des Lichtes" den Ausdruck des Göttlichen. Wie ernst er es damit meinte, zeigen folgende Worte:

"Auf alles, was ich als Dichter geleistet habe, bilde ich mir gar nichts ein; es hat berühmte und große Dichter vor mir gegeben und wird es nach mir geben. Aber, daß ich in meinem Jahrhundert der einzige bin, der das wahre Wesen der Farben erkannt hat, darauf tue ich mir etwas zugute. a

Daß Goethe die physikalisch orientierte Farbbetrachtung Newtons mißverstanden hat, ändert nichts am Wert seiner Farbenlehre, der man die tief geistigen Beziehungen nicht absprechen wird. Schließlich sah er in den Farben . . . "das Zeugnis einer besseren Welt!" Die Gesetze der Polarität, wie sie sich aus dem "Urphänomen" Blau und Gelb entwickeln und durch Verbindung und Steigerung zu den irdischen und himmlischen Ausgeburten der "Elohim" (Grün und Purpur) zum Kreise verbinden, gelten ebenso in der geistigen Welt wie in der physischen.

Ich hatte mir ein Prisma angeschafft und die einschlägigen Experimente durchgeführt, die zum Verständnis seiner Abhandlungen unumgänglich waren. Nach etwa zwei Stunden dieser Studien wurde ich aber etwas müde und nahm mir vor, ein wenig auszuruhen. Es mochte 4 Uhr gewesen sein; die Herbstsonne schien herein, und ich zog die Jalousien fast bis zu den Blumen am Fensterbrett herunter. Noch einmal blickte ich durch das Prisma auf die Pflanzen und sah deren Konturen in den herrlichen Regenbogenfarben aufleuchten. Besonders der blauviolette Farbsaum am unteren Rand des Prismas zog meine Aufmerksamkeit magisch an. Immer, wenn ich beim Einatmen auf diese Farbe sah, merkte ich ein seltsames Prickeln in den Händen und Armen, das sich beim erneuten Einatmen noch mehr steigerte. Aber auch die anderen Farben schienen seltsame Kräfte in meinem Körper und Geist zu entwickeln. Gebannt blickte ich auf die Wunderwelt der spektralen Erscheinungen und sog diese Lichtkräfte mit meinen Augen in die Seele, in der sie eine fühlbare Resonanz hervorbrachten. Darauf legte ich mich auf ein Sofa und schloß ermüdet und entspannt die Augen.

Plötzlich durchfuhr ein Lichtschein die Dunkelheit vor mir, und ich sah in einer herrlichen Vision eine abstrakte Komposition in leuchtenden Farben. Große quadratische Felder in Rosa und Violett im Wechsel mit Gelb und strahlendem Weiß bauten sich vor mir auf. Ich war ganz verblüfft, weil ich noch nie in meinem Leben so viel Licht und Farbe mit geschlossenen Augen gesehen hatte.

Auf einmal verschwand das Bild wieder, und ein anderes trat an seine Stelle. Jetzt sah ich eine kleine Landschaftsszene - ein Haus mit Gartenzaun und einigen Bäumen; aber alles war nur in leuchtendem Schwarz und Weiß zu sehen - , keine Spur irgendwelcher Farben. Nach einigen Sekunden verschwand auch dieses Bild.

Mir war sofort klar, daß die intensive Beschäftigung mit dem Prisma eine Tür in meinem Geist aufgeschlossen hatte, die der inneren Bilderwelt einen kurzen Durchbruch ins Tagbewußtsein ermöglichte. Seit damals ahnte ich, daß das menschliche Gehirn die Verbindungsstelle zu einer seelischen Lichtwelt darstellt.

So gering einem Außenstehenden ein so kurzes Erlebnis auch erscheinen mag - , wer das erste Mal die Signale einer inneren Welt erblickt, ist zutiefst davon berührt. Doch erst ein Jahr später sollte ich wieder mit seltsamen Kräften in Berührung kommen.

Damals befaßte ich mich mit Konzentrationsübungen, durch die ich versuchte, eine gewisse Herrschaft über die motorischen Körperfunktionen durch den Willen zu erlangen;

zum Beispiel nahm ich mir vor, die Bewegung eines Armes durch einen gezielten Befehl unmöglich zu machen. An derartigen Versuchen war ich zwar nicht sonderlich interessiert, weil sie nicht meiner Mentalität entsprachen, wollte aber trotzdem einmal feststellen, wie weit der menschliche Wille in der Lage ist, bewußte Bewegungsimpulse zu verhindern. Bei einem Versuch konzentrierte ich mich mit äußerster Anstrengung darauf, meinen ausgestreckten rechten Arm völlig bewegungsunfähig zu machen. Nach einiger Zeit bemerkte ich ein ungewohntes motorisches Gefühl im Gehirn, das sich zunehmend verstärkte. Jetzt versuchte ich, den ausgestreckten Arm zu bewegen; aber es war nicht möglich. So sehr ich mich auch bemühte, er blieb völlig gerade, ich konnte ihn weder heben, senken noch beugen. Nach etwa zehn Sekunden hörte die motorische Empfindung im Kopf auf, und mein Arm war wieder normal bewegungsfähig. Dieses Gelingen dürfte wohl durch die Kraft der Suggestion ermöglicht worden sein, von deren Möglichkeiten und Grenzen man heute noch viel zu wenig weiß. Umfassende Forschungen über Suggestionenkräfte sind meines Wissens noch von niemandem durchgeführt worden, obwohl sie von höchster Bedeutung wären. Auch ich habe mich nicht weiter damit befaßt.

In jener Zeit kam es auch noch zu einem anderen außersinnlichen Erlebnis, das mir deutlich machte, daß ich mit meiner ersten Hellsehvision, die durch die Prismenversuche induziert wurde, an ein Geheimnis gerührt hatte, das für mich vorher völlig verborgen war, sich später aber zu einer Reihe psychischer Erlebnisse ausweiten sollte.

Nach einem Nachmittag hatte ich mich wieder mit dem Prisma beschäftigt, und meine Seele badete voll Wonne in den leuchtenden, spektralen Farben. Schon seit der Kindheit hatte ich eine enge Beziehung zu diesen "Innenwesen" des Lichtes, weil mir damals beim Betrachten eines farbigen Aquarells eine plötzliche Eingebung gekommen war, deren tieferen Sinn ich aber nicht verstanden hatte: Violett ist das Tor zur Ewigkeit! Der Gedanke blieb mir immer im Gedächtnis haften, und jetzt, da ich merkte, daß die blauviolette Farbe im Prisma die stärkste Schwingung in mir erzeugte, schien diese Eingebung der Jugend eine erste Bestätigung zu erhalten.

Wieder hatte an diesem Nachmittag das Prismensehen meine Seele zu ungewohnten Schwingungen gebracht, woraus man entnehmen kann, daß die Spektralfarben eine enge Beziehung zur Seele haben, ja vielleicht sogar ein Seinsfeld für sie bedeuten, das uns normalerweise

verborgen ist. Als es Abend war, sprudelte völlig überraschend eine Fülle von Gedanken in meinen Geist, mit denen ich mich vorher nie bewußt beschäftigt hatte. Ich fühlte mich gedrängt, einige dieser Gedanken, die auf mich einstürmten, aufzuschreiben. Es handelte sich um den Begriff der "Schwelle". Mir wurde bewußt (oder bewußt gemacht), daß es eine Schwelle gibt, die von dem äußeren Raum unserer materiellen Welt, die uns vertraut ist, in den inneren Raum einer Welt führt, die uns unbekannt und fremd ist. Mir wurde bewußt gemacht, daß viele diesen Schritt über die Schwelle schon getan haben und daß ihnen der Sprung in die Dunkelheit dieses fremden Raumes gelungen ist.

Nachdem ich alles aufgeschrieben hatte, fühlte ich einen verborgenen Sinn hinter diesen Gedanken, wußte aber nicht, was ich unter dieser "Schwelle" zu verstehen hätte, über die einige schon gesprungen sein sollen. Vergeblich grübelte ich darüber nach, woher mir diese Eingebung eigentlich gekommen sei. Darüber wurde ich aber matt und legte mich auf das Sofa. Die Hände hinter dem Kopf verschränkt, blickte ich auf die Zimmertür, die ich im Halbdunkel noch deutlich wahrnehmen konnte.

Plötzlich sah ich bei vollem Bewußtsein, wie sich die ~ ü allein öffnete. Ich starrte in die unendliche Dunkelheit des "fremden Raumes" dahinter, und ein dunkles, furchteinflößendes Raunen wehte mich an. Ich begriff, daß mir hier wie er die "Schwelle" deutlich werden sollte und die Dunkelheit, durch die ich hindurchschreiten mußte, wenn ich von dem vertrauten in den fremden Raum gelangen wollte.

Danach schloß sich die Tür wieder, aber das Geheimnis der "Schwelle" war mir noch nicht aufgegangen. Ich ahnte zwar, daß ich einen Schritt tun sollte, wußte aber nicht welchen und wohin. Wo und was war die Schwelle?

Aus meiner Unfähigkeit, zum damaligen Zeitpunkt weitere Konsequenzen zu ziehen, entnahm ich, daß die Zeit für diesen "Schritt" noch nicht gekommen sei, und wandte mich wieder anderen Dingen zu. Vor allem die Beschäftigung mit moderner Malerei stand damals im Vordergrund meines außerberuflichen Interesses. So geschahen auch fast vier Jahre keine nennenswerten Ereignisse mehr, die man heute unter ASW einreihen könnte. Allerdings merkte ich in dieser Zeit ein leises, inneres Hinwachsen zu einer Schwelle des Bewußtseins, die ich nur in unbestimmten Schattenrissen zu ahnen begann.

Erst im Spätsommer des Jahres 1962 kam ich mit zwei neuen spontanen Kundgebungen unbekannter Kräfte in Berührung: Ich ging zur Mittagszeit mit einem Arbeitskollegen, Herrn Gerhard F. aus K - N, in einem Schrebergarten spazieren. Plötzlich wackelten und schnarrten die metallenen Gartenzäune auf beiden Seiten - , auch ein Gartentor rüttelte hin und her. Wir sahen uns beide verblüfft an, da wir die Unmöglichkeit einer so unnatürlichen Bewegung "toter Dinge" bisher als selbstverständlich annahmen. Doch sahen wir beide das Phänomen mindestens zehn Sekunden lang deutlich und bei vollem Bewußtsein. Nirgends war ein Mensch in der Nähe, der die Zäune und das Tor hätte bewegen können es war absolute Windstille. Geheimnisvoll angerührt reflektierten mir noch einige Zeit über dieses Erlebnis, fanden aber keine rationale Erklärung des Phänomens, das wohl auf spontane Telekinese zurückzuführen war.

Einige Zeit später fuhr ich mit der gleichen Person im Auto durch ein Moorgebiet. Es begann leicht zu regnen. Auf beiden Seiten des dammartigen Fahrweges waren tiefe, mit Moorwasser gefüllte alte Torfgruben. Da hörten wir plötzlich laut und deutlich Glockenläuten aus dem linken Moortümpel neben dem Auto. Nach einigen Sekunden wiederholte sich das Läuten. Wir kannten das Gebiet und wußten, daß ein Dorf nicht in der Nähe war. Auch hier muß es sich um eine sehr reale Klangerscheinung gehandelt haben, da wir beide das Läuten wie von einer versunkenen Glocke gehört hatten.

Zu diesem Zeitpunkt ahnte ich noch nicht, daß ich noch im Herbst des gleichen Jahres, einem seltsamen inneren Drange folgend, die geheimnisvolle "Schwelle" gewaltsam durchbrechen würde, auf eine Weise, die für mich zu einer so harten Realität wurde, daß von der Möglichkeit einer Halluzination kein Fetzen mehr übrigblieb.

AUSTRITT AUS DEM PHYSISCHEN KÖRPER BEGINN SELTSAMER ERLEBNISSE
November 1962

Einige Tage vorher kam ich mit einem älteren Mann ins Gespräch, der mir erzählte, daß der Mensch aus einem Geistkörper und einem physischen Körper bestehe und daß es Menschen gäbe, die eine Trennung der beiden bewirken könnten. Diese Information schlug wie ein Blitz in mein Bewußtsein, und ich erkannte, daß in dieser Richtung die "Schwelle" liegen müsse. Vieles wurde mir plötzlich klar, was ich vorher nur in verschwommenen Umrissen geahnt hatte. Über die Technik der Abspaltung konnte mir der Mann keine weiteren Angaben machen. Später verlor ich ihn sogar wieder aus meinem Gesichtskreis und war somit in dieser Sache auf mich selbst angewiesen. Ich wollte mich von der Existenz des Zweiten Körpers überzeugen, wußte aber nicht wie. So ersann ich folgenden Versuch:

Es war in den Morgenstunden, ca. 4 Uhr. Ich legte mich auf den Bauch und dachte, daß es Leichter sein müsse, mit dem Geistkörper durchs Bett zu fallen, als nach oben zu entschweben. So begann ich, mich auf dem Bauche liegend zu entspannen. Nun konzentrierte ich mich mit geschlossenen Augen darauf, das Bett mit meinem Geiste zu durchdringen. Diese Konzentration begleitete ich mit einer großen Sehnsucht nach einer anderen Welt. Ich wollte in einen schönen Garten voll prächtiger Blumen gelangen.

Nach einigen Minuten äußerster Konzentration geschah aber noch nichts. Ich merkte, daß ich noch entschlossener handeln müßte, wenn ich das Ziel erreichen wollte. Ich behielt die Entspannung und die Konzentration bei, entwickelte aber zusätzlich eine besondere Atemtechnik. Beim Ausatmen dachte ich, jedesmal einige Zentimeter durchs Bett zu sinken; beim Einatmen versuchte ich, den erreichten Stand beizubehalten. Beim folgenden Ausatmen verstärkte ich den Druck nach unten nochmals. Diesen Rhythmus behielt ich bei. Nach geraumer Zeit erhöhte sich der Druck immer mehr. Alles Blut schien mit gewaltiger Kraft hinab gepreßt zu werden. Ich setzte die Übung mit erhöhter Energie fort.

Mein Körper wurde unerträglich schwer und der Druck nach unten so groß, daß ich glaubte, mein Gewicht übertreffe das Zehn - bis Zwanzigfache meines Normalgewichtes. Plötzlich schossen "elektrische" Ströme in meinen Körper, und er begann stark zu vibrieren. Im Nacken war der Druck unerträglich konzentriert. Mein Körper vibrierte nun so stark, daß das Bett mitbewegt wurde. Meine rechte Hand lag am Oberschenkel an; mit letzter Kraft kniff ich mich ins Bein und merkte, daß ich schmerzunempfindlich war. In diesem Moment wurde mein Körper ganz steif. Der Druck nach unten sowie der erhöhte Druck im Nacken waren nun so stark, daß ich mich entschloß, mit einem letzten energischen Anlauf den Durchbruch zu erzwingen. Ich erhöhte meine Sehnsucht nach einer anderen Welt bis zum letzten Maß. Unter einem ungeheuren körperlichen Druck, dessen Gewalt ich nicht mehr beschreiben kann, einem Frostgefühl auf der Haut sowie einer enormen inneren Erhitzung drang mein Geistkörper endlich durch das Bett hindurch in einen Raum, der mit dem gewohnten nichts mehr zu tun hatte.

Was sich nun abspielte war eine Sache von Sekunden. Der riesige Druck war wie weggeblasen; ich fühlte mich wunderbar befreit von jedem Körpergefühl. Plötzlich merkte ich, daß ich ein Doppelbewußtsein hatte. Mein Bewußtsein im physischen Körper arbeitete ohne Unterbrechung weiter, aber ebenso war ich im Geistkörper bewußt, der sich in Bewegung nach unten befand. Nun merkte ich aber, wie mein physisches Bewußtsein immer mehr in den Geistkörper übergang, und plötzlich empfand ich mich nur noch in diesem; der physische war mir völlig gleichgültig, denn mein Selbst hatte ich ja bei mir. Während nun der Zweite Körper mit meinem ganzen Bewußtsein in einem starken "magnetischen" Sog nach unten fuhr, jagten sich meine Gedanken mit großer Eile. Ich dachte an Frau und Kind und wußte nicht, ob es mir gelingen würde zurückzukehren. Mit einer gewaltigen Willensanstrengung unterbrach ich den magnetischen Sog und riß mich in den physischen Körper zurück.

Das Eintauchen geschah ohne jede Vibration. Wieder im physischen Körper, war ich mir sofort bewußt, den Geistkörper abgetrennt zu haben, und ich erkannte, welch gefährliches Experiment ich durchgeführt hatte. Mit roher innerer Gewalt sowie einer fragwürdigen Atemtechnik hatte ich den Zweiten Körper aus dem physischen hinausgepreßt. Durch diese verkehrte Technik wurde mir aber klar, daß es sich hierbei um eine "Raumfahrt der Seele handeln müsse, denn der hohe Andruck während des Austretens war zu überzeugend.

Nachdem sich Angst und Bedenken etwas gelegt hatten, wagte ich an den folgenden Tagen neue Versuche. Ich legte mich diesmal auf den Rücken und begann mich instinktiv zu entspannen. Es war wieder in den Morgenstunden. Nach längerer Zeit dieser Übung verlor ich immer mehr mein Körpergefühl, und zuletzt spürte ich die Unterlage überhaupt nicht mehr. Ich glaubte zu schweben. Nun drangen sehr feine Ströme angenehmer Art in meinen Körper. Von den Fingerspitzen ausgehend erfaßten diese "Feinströme" schnell den ganzen Leib. Jetzt löste sich der Geistkörper vollkommen sanft und ohne jede Vibration aus dem physischen. Sofort befand ich mich in jenem unwiderstehlichen Sog, der mir vom ersten Versuch bekannt war. Mit großer Willensanstrengung riß ich mich wieder zurück in die Physis. Dieses sanfte Herauslösen des Zweiten Körpers gelang mir in

den folgenden Wochen noch oft. Aus ängstlichen Gefühlen und Befürchtungen brach ich jedoch den magnetischen Sog immer vorzeitig ab.

Durch diese Versuche schien eine Schranke vor meinem Geist und Bewußtsein beseitigt worden zu sein, denn in der Folgezeit kam es zu außersinnlichen Erlebnissen sehr unterschiedlicher Art, von denen einige sehr unangenehm empfunden wurden. Ich war in das kritische Vorfeld der "astralen Ebenen" geraten, in denen mir die Dunkelheit der "Schwelle" oft allzu deutlich entgegentrat. In diesem Grenzbereich einer Seelenwelt wurde ich auch mit dunklen Wesenheiten und ihren Kräften konfrontiert. Da ich meine Projektionen ohne spezifische Kenntnisse auf diesem Gebiet unternahm, hielt ich mich verhältnismäßig lange in diesem psychischen "Gefahrgürtel" auf, den andere Forscher, wenn irgend möglich, gemieden oder durch bewußte Induktion hoher, lichter Schwingungen übergangen haben. Im folgenden schildere ich einige Erlebnisse, die für den Bereich hinter der "Schwelle" typisch sind. Ähnliche und gleichartige Erlebnisse werden von allen Forschern auf diesem Gebiet berichtet.

Februar 1963

Nach einem guten Schlaf lag ich hellwach im Bett und bemerkte plötzlich ein starkes Ziehen an meinem Nabel. Ich hatte das Gefühl, daß jemand an einem unsichtbaren, etwa drei bis vier Zentimeter dicken Kabel zog, das in meiner Nabelgegend befestigt war. (Später konnte ich mich informieren, daß es sich dabei um das "astrale Band" gehandelt haben könnte, das die Verbindung vom physischen zum Geistkörper herstellt. Dieses Energiekabel; das wohl in erster Linie Lebenskraft, Informationen und Reflexe zwischen beiden Körpern fließen läßt, kann je nach der Situation oder Bewegungsrichtung des Mentalkörpers den physischen Leib an verschiedenen Stellen verlassen. Nach Berichten anderer Forscher soll das astrale Band - auch Silberschnur genannt - die Physis meistens am Hinterkopf verlassen; diese Beobachtungen konnte ich bisher nicht bestätigen. Ich glaube, daß dieses Band mehr unter dem Gesichtspunkt einer magnetischen Verbindung beider Körper gesehen werden sollte.)

Doch nun die weitere Folge des Erlebnisses: Nachdem sich das Ziehen an meinem "Nabelband" sehr kräftig wiederholte, griff ich mit meiner rechten Hand an die bezeichnete Stelle, um etwas zu massieren und festzustellen, was hier eigentlich geschah. Das Ziehen wiederholte sich jetzt nicht mehr, aber ich bemerkte, daß die Bewegung zum Nabel die Hand meines Geistkörpers ausgeführt hatte. Auch das Reiben an der Gegend des Nabels und Sonnengeflechts geschah durch die Hand des Zweiten Körpers, denn beide physischen Hände hatte ich die ganze Zeit über hinter dem Kopf verschränkt. Das Reiben mit der "Geisthand" wurde als materiell und richtig körperlich empfunden.

Angriffe dunkler Wesenheiten aus dem astralen Gefahrgürtel

Ich lag wach im Bett und dachte über verschiedene Dinge nach, weil ich nicht müde war. Im Zimmer war es vollkommen dunkel. Plötzlich merkte ich, wie irgend jemand an die linke Seite meines Bettes trat. Sofort sah ich mich einer verhängnisvollen, dunklen Macht gegenüber. Ich starrte in die Schwärze vor mir, konnte aber nichts erkennen. Mit einer vernichtenden Gewalt strahlte mein unsichtbares Gegenüber eine tödliche Dosis Haß auf mich. Ich erkannte sofort, daß es um mein Leben ging. Die unendlich verschlingenden, hoffnungslosen und unerträglichen Schwingungen steigerten sich mit jeder Sekunde. Ich hielt der Gewalt dieser Strahlung nicht mehr stand und warf mich im Bett hin und her. Ich glaubte, daß mich nun niemand mehr retten könne. Kurz vor der endgültigen Auslöschung rief ich die letzte Instanz: "Vater, hilf mir doch, ich will noch nicht sterben!" Von diesem Augenblick an schwand die dunkle Wesenheit und kam nie mehr wieder. Noch lange danach lag eine unheilschwangere Atmosphäre im Zimmer, die sich nur langsam auflöste. Noch einmal möchte ich darauf hinweisen, daß sich die Gewalt der empfangenen Strahlung nicht beschreiben läßt. Sie war von unseren physischen Erfahrungen her völlig verschieden; weit schlimmer als der höchste körperliche Schmerz und ist am ehesten durch den Begriff "Gottferne" zu interpretieren. Oder stellen Sie sich vor, es nähme

jemand Ihr Selbst weg. Ich betone noch, daß es sich bei der Schilderung dieser Erfahrung um keine religiöse Schwärmerei oder Absicht handelt, sondern um eine brutale Tatsache. Viele Adepten des höheren Wissens werden durch derartige Erfahrungen "hinter der Schwelle" abgeschreckt und 'geben jede weitere Suche auf. Aber gerade hier gilt es Entscheidungen zu fällen, die einem niemand abnehmen kann.

Auf diese Prozedur hin war ich einige Zeit ziemlich verunsichert und wagte mich kaum an eine totale Abspaltung des Mentalkörpers. Die seltsamen Erlebnisse sollten aber noch weiter gehen:

Einige Zeit später lag ich in den Morgenstunden in tiefer Entspannung und wach im Bett. Die Hände hatte ich über der Bettdecke verschränkt. Es war dunkel im Zimmer. Plötzlich merkte ich, wie mich jemand von hinten ergriff, seine Hände um meine Handgelenke legte und mit festem Griff versuchte, mich aus dem physischen Körper nach links herauszudrehen. Da aber zu diesem Zeitpunkt mein Geist - oder Mentalkörper noch nicht ganz gelöst war, gelang es der Person nur, meinen Oberkörper herauszuwinden; die Beine blieben noch im physischen Körper. Nun begann ich, da meine Hände weiterhin von dem Wesen umklammert waren, dessen Hände vorsichtig mit den Zähnen abzutasten. Ich spürte, daß es sich um normale menschliche Hände handelte, die Haut, die Muskeln und die Knochen dahinter.

Der Person gelang es nicht, mich weiter aus der materiellen Hülle zu winden; mir hingegen gelang es nicht, in die normale Lage zurückzukehren. Ich war vollkommen ruhig, da ich nicht den Eindruck hatte, dieses seltsame Unternehmen sei bösartig gemeint, wollte aber trotzdem die Sache beenden. Ich ließ meine ganze Sympathie in diese mir unsichtbare Person strahlen. Sofort ließ der Griff nach, und ich erkannte hellfühlend, daß die Person noch einige Augenblicke zirka drei Meter zu meiner rechten Seite verweilte und mich beobachtete. Darauf verschwand sie und kehrte nicht mehr zurück.

Wer diese Dinge erlebt, kommt selbst bei kritischer Einstellung zu der Überzeugung, daß hier wirklich fremde Wesenheiten am Werke sind, die sich aber nicht immer bösartig verhalten, sondern zuweilen auch willkürliche Handlungen vollbringen, oder solche, deren Sinn man nicht erkennen kann. Ich glaube, daß diese Wesen mit Bewußtsein und Willen ausgestattet sind und auch Intelligenz besitzen, wenn auch diese von der unseren verschieden sein mag. Es könnten auch Verstorbene sein, die sich durch ihre niedere Bewußtseinslage ein recht verworrenes Dasein auserwählt haben. Manchem mag das alles phantastisch oder auch unangenehm erscheinen, aber es geht hier um ASW, deshalb darf man vor solchen Berichten die Augen nicht verschließen.

Winter 1963 - weitere Erlebnisse

Ab und zu befaßte ich mich mit Konzentrationsübungen, von denen einige vor dem Einschlafen im Bett durchgeführt wurden. Hier schildere ich die einzige Levitation, die mir bisher gelungen ist (in diesem Fall bedeutet "Levitation" die Aufhebung der Schwerkraft des physischen Körpers, ein Vorgang, der sich außerhalb der bekannten Gesetze der Physik vollzieht).

Durch eine Verbindung von starker Konzentration und einer schwierigen Atemübung (Porenatmung) gelang es mir, mich dermaßen mit dem Begriff "Luft" zu identifizieren, daß mein ganzer physischer Körper in Bewegung geriet, ja zu schweben begann. Erst glaubte ich, das Bett schwebte mit; diese Meinung dürfte aber durch das überzeugende Gefühl, in einem elektromagnetischen "Strahlenbett" zu schwimmen, entstanden sein.

Nachdem der Zustand dieser Überwindung der Schwerkraft anhielt und sich noch bedenklich steigerte, brach ich den Versuch sofort ab und hatte alle Mühe, die normale Situation wieder herbeizuführen. Der bewußte Wille konnte das Schweben nicht beenden, sondern eine völlige Entspannung, verbunden mit dem Bewußtsein, bleischwer zu sein, ließ mich wieder auf das Bett sinken. Es war so, als könnte sich die einmal induzierte Levitation nicht sofort wieder abstellen lassen. Die maximale Höhe des Körpers über dem

Bett dürfte etwa 40 Zentimeter ausgemacht haben. Besonders möchte ich die starke magnetische Erregung der Physis und ihre Erwärmung während der Levitation hervorheben. Ich

Gefühl eines deutlichen "Schwimmens" hatte auch das auf einer glatten, unbekanntem Strahlung, auf der ich die Balance halten mußte, um nicht nach links oder rechts abzurutschen. Das Bewußtsein war in keiner Weise beeinträchtigt. Mein Kind atmet an meinem Nabel

Eines Abends lag ich hellwach im Bett und bemerkte plötzlich an meinem Nabel das Atmen meiner kleinen Tochter, die etwa drei Meter von mir entfernt in ihrem Kinderbettchen schlief. Ich war sehr erstaunt, dieses Atmen so laut und deutlich aus meinem Nabel zu vernehmen. Kurze Zeit darauf glaubte ich, dem Ersticken nahe zu sein. Ich rang vergeblich nach Luft, mein Kopf fiel zurück in eine unendliche Tiefe, und mein Bewußtsein war gestört.

Auf einmal wurde ich mir bewußt und merkte sofort, daß meine Tochter in ihrem Bett Atemschwierigkeiten hatte. Ich stand auf und sah, daß das Köpfchen mit dem Gesicht ins Kopfkissen gedrückt war. Ich legte das Kind schnell auf den Rücken, worauf es gleich wieder zu atmen begann. Auch eine verstopfte Nase hatte die Kleine. Sicher besteht eine bisher unbekannte Verbindung zwischen uns, die mich sofort warnte und den Vorgang des Erstickens erleben ließ.

Dieser Vorgang könnte auch ein Beweis für die Existenz des Mentalkörpers sein. Nachdem meine Tochter keine Luft mehr bekam, hatte sich ihr Geistkörper herausgelöst und sich sofort an die Nabelgegend meines Körpers begeben. Dort begann sie zu atmen - (ich wirkte wahrscheinlich als Lebenserhalter) und hielt sich so lange auf, bis ich sie im Bett wieder herumdrehte. Eines steht jedenfalls fest: Das Wissen des Menschen um seine eigene Natur ist heute noch sehr begrenzt. Eine Folge auch der unversöhnlichen Meinung anerkannter Wissenschaftler, die derartige psychische Erlebnisse immer wieder mit dem überaus verbrauchten Schlagwort "Halluzination" wegerklären wollen.

Zuweilen hatte ich auch Hellsehvisionen. Meistens waren es bunte, flächenhafte Muster, in denen die verschiedensten Blautöne dominierten. Diese leuchtenden Bilder traten bis zu dreißig Zentimeter vor meine Augen, und ich konnte alle Einzelheiten in Ruhe bewundern. oft waren es Blumenmuster - zuweilen aber auch andere Motive. Auf so einer leuchtenden Farbfläche sah ich einmal eine kleine Gartenszene wie auf einer Tapete: ein Tisch mit drei Stühlen. Auf einem saß ein gemütlicher, bunt gekleideter Mann. Neben dem Tisch standen Blumenkörbe - , andere Blütenmotive waren in regelmäßigen Abständen über die ganze Fläche verteilt. Bei diesen Visionen hatte ich oft den Eindruck, als zeigte mir jemand Blätter, auf welche die Bilder gemalt waren.

Nicht immer sind diese Motive bei zweidimensionalen Hellsehvisionen stillstehend oder statisch, zum Beispiel bemerkte ich bei dem oben beschriebenen Mann, daß seine Augen und auch seine Gesichtszüge gewisse Bewegungen ausführten, wie etwa Augenzwinkern, Verziehen der Mundpartie und anderes. Diese Bilder bauen sich aus dem gleichen Astrallicht auf, von dem im weiteren noch oft die Rede sein wird.

Die beiden Symbolträume

Normalerweise träume ich wenig und habe kaum Erinnerungen daran. Doch in jener Zeit psychischer Aktivität hatte ich zwei äußerst bewußte und klare Träume, die sich symbolhaft in meinen Geist eingepägt haben.

Ich wurde mir in einem dunklen Zimmer bewußt und sah durch ein Fenster auf eine gepflasterte Straße. Dahinter war eine Häuserreihe mit schwarzen Fensterlöchern. Von einem Eckhaus aus ging eine Straße in gerader Linie zum Horizont. Dort sah ich den Abendhimmel in stark leuchtenden Streifen, die in rotvioletten Farben glühten. Mir wurde bewußt, daß ich bunt träumte, was ich bisher nie bemerkt hatte. Mein Bewußtsein hatte eine übernormale Klarheit und Schärfe, was man bei gewöhnlichen Träumen nicht feststellen kann. Die ganze Landschaft war nächtlich, und nur leichtes, silbriges Licht ließ

die Gebäude hervorschimmern. Rechts stand eine Kirche mit einem Turm voll vergitterter Fenster. Die Landschaft und besonders der hohe Turm flößten mir Furcht ein. Drohend ragte er in den schwarzen Nachthimmel.

Plötzlich erschien auf der oberen Hälfte des Turmes ein Licht und verbreitete sich zu einem hoffnungsvollen Leuchten. In diesem Licht erkannte ich ein wundervolles, modernes Gebäude, das ganz aus hellem Glas und strahlenden Farben zu sein schien. Tiefe Sehnsüchte und Ahnungen stiegen in mir auf, und ich erkannte, daß es außer unserer materiellen Welt noch unermeßliche Reiche des Geistes gibt. Ich sah schauernd auf das lichtvolle Gebäude inmitten dieser Nacht. Die ganze Szene wirkte wie ein stiller Alptraum auf mein Gemüt, und seltsam angerührt erwachte ich im Bett.

Der zweite Symboltraum

Mit äußerst klarem Bewußtsein ging ich auf einem Waldweg, der durch einen stillen, schön angelegten Kiefernwald führte. Auch hier war es nächtlich. Am Horizont wurde jedoch ein gedämpftes Leuchten sichtbar, das sich immer mehr steigerte. Plötzlich ging zu meinem großen Erstaunen mitten in dieser Nacht eine riesengroße Sonne auf, deren Farbe ein dunkelglühendes Rotorange war. Die Sonne erreichte fast die Größe eines voll ausgebildeten Regenbogens. Nach der Wahrnehmung dieser Szene erwachte ich sanft.

Anmerkung: Diese beiden Träume nehmen eine Sonderstellung in meinen geistigen Erlebnissen ein. Einerseits hatte ich solche bewußte und klare Träume weder vorher noch nachher, zum anderen handelte es sich nicht um Astralwanderungen, die, wie ich noch erfahren sollte, nach anderen Gesetzen der Bewegung und Empfindung aufgebaut sind. Seltsamerweise wurde mir bei diesen Träumen das dreidimensionale Raumgefühl nicht bewußt, ich sah alles mehr kulissenhaft.

SYMBOLISCHE STRUKTUREN IN DER ERSTEN MENTALPROJEKTION -
EXKURSIONEN IM

ZUSTAND DES DOPPELBEWUSSTSEINS

28. März 1963

Die seelischen Voraussetzungen waren nicht besonders günstig. Nach längerer Zeit Tief Entspannung gelang mir die Trennung des Mentalkörpers vom physischen. Ich war vollkommen wach und wollte diesmal die schon bekannte Bewegung des Zweiten Körpers nicht unterbrechen. Aufs äußerste gefaßt und mit gemischten, ängstlichen Gefühlen befand ich mich in dem unwiderstehlichen, magnetischen Sog, von dem ich wußte, daß eine vorzeitige Umkehr nur mit letzter Willensanstrengung möglich war. Nach ungefähr fünf bis sechs Sekunden dieser Fahrt blieb ich plötzlich stehen, ohne selbst einen Einfluß ausgeübt zu haben. Die Augen waren noch geschlossen. Einige Sekunden verhielt ich mich still und lauschte, ob etwas geschähe. Nun war ich vollkommen passiv und versuchte, die Augen zu öffnen; doch es ging nicht. Ich versuchte es wieder, aber ohne Erfolg. Die Augen waren wie zugeklebt. Endlich, beim dritten Versuch, öffneten sie sich. Alle Unruhe und Unsicherheit waren wie verfliegen. Ich stand mitten in einer Hügellandschaft, die zur linken Seite sanft anstieg, zur rechten Seite abfiel und in einer weiten Ebene ausklang. Etwa hundert Meter vor mir war ein Fichtenwald. Vor dem Wald sah ich einen hölzernen Wegweiser mit Richtungsschildern, die auf verschiedene Waldwege wiesen; eines zeigte auch hinauf zum Hügel, ein anderes hinab in die Ebene. Nachdem ich dieses Bild wahrgenommen hatte, wandte ich mich einer kleinen Baumgruppe zu, die sich in zirka fünf Meter Entfernung zu meiner rechten Seite befand. Nun schwebte ich zu diesen Bäumen hin, mit den Füßen dicht über dem Boden, berührte ihn aber nicht. Jetzt sah ich, daß der eine Baum eine dürre Birke war, die anderen waren dürre Fichten. Der Boden war feinsandig. An den trockenen Bäumen befanden sich weder Nadeln noch Blätter. Nun dachte ich: "Das ist also meine erste Projektion; so sieht es in einer trüben, geistigen Ebene aus (Frequenz)."

Der Himmel war grau, das Licht trübe, die Farben stumpf. Genau einem trüben Tag auf der Erde entsprechend. Trotzdem freute ich mich, daß mir der Durchbruch gelungen war.

Vorsichtig begann ich, die Birke, die einen Durchmesser von 13 bis 15 Zentimetern hatte, zu betasten. Ich staunte, daß sie sich richtig materiell und hart anfühlte; genau wie in unserer Natur. Nun schälte ich mit meinen Fingern die weiße, papierdünne Birkenhaut ab und ließ die einzelnen Flocken zu Boden fallen. Auch die dürre Fichte daneben faßte ich jetzt an und spürte überzeugend das Scharfe und Rauhe dürrer Fichtenzweige. Nachdem ich mich von der Realität der Bäume überzeugt hatte, kniff ich mich mit Daumen und Zeigefinger kräftig in den Oberschenkel, ohne einen Schmerz zu fühlen; ich griff wie auf Gummi.

Nun wollte ich gehen, sah aber wieder den Wegweiser am Waldrand. Ich schwebte die halbe Strecke von der Baumgruppe zum Wegweiser und blieb stehen, um zu sehen, was darauf stand. Aber auch von hier gelang es mir noch nicht, die Schrift zu entziffern. Nach festem Hinsehen kam zu meinem Erstaunen der Wegweiser, der in die Ebene hinabzeigte, auf etwa einen Meter vor meine Augen, ohne daß ich meinen Standpunkt verändert hätte.

Ich las folgenden seltsamen Satz: "Zu den Zyankalibecken!" Mein Blick folgte nun der Richtung des Wegweisers in die Ebene. Dort sah ich riesige, verfallene Beckenanlagen in rechteckiger Form, die sich bis zum Horizont erstreckten. Die Maße eines Beckens betragen zirka 50 - 80 Meter mit einer Tiefe von zwei bis drei Metern. Alle Gruben waren verfallen und mit dürrerem Gras bewachsen. Die Mauerreste und der Boden waren mit einer Staubschicht überzogen.

In mir kam ein wehmütiges Gefühl auf, vermischt mit mitleidvollen Gedanken. Ich fühlte mich in einer verlassenenen Sphäre, in der zwar früher etwas geschehen war, die aber schon vor langer Zeit aufgegeben worden war. Ich hatte das Bedürfnis, irgend jemand zu helfen; wenn überhaupt noch etwas zu helfen war. Fast bereute ich, auf den Wegweiser gesehen zu haben. Da ich nicht wußte, wohin ich mich nun wenden sollte und die Ebene mir nicht zum Verweilen aussah, wandte ich mich ab und schwebte langsam den Hügel empor, einem dunklen Waldrand mit hohen Fichten entgegen.

Hier oben schien mir der graue Himmel etwas heller zu werden. Verbittert über die trübe Stimmung der Landschaft begann ich zu schimpfen: "Bringt mir doch mehr Licht, verflucht noch mal!" Schlagartig und ohne Übergang landete ich im physischen Körper und war mir meines Fehlers sofort bewußt. In der nächsten Zeit war ich sehr unsicher und wagte keine Trennung mehr, obwohl ich oft die Möglichkeit dazu hatte.

Anmerkung zu dieser Exkursion:

Ich möchte behutsam versuchen, die Erlebnisse in dieser mentalen Schwingungsebene zu analysieren. Es ist schwer zu sagen, ob die Gedankenbildekraft einzelne Details verändert oder aufgebaut hat. Vom reinen Erleben her ist alles überzeugend und real. Eine absolute Täuschung halte ich für ausgeschlossen, da die Gesetze der Mentalbewegung sowie die Bewußtseinsverfassung zu überzeugend waren. Es könnte sein, daß die ganze Szene zu einer Art "Prüfung" von astraler Seite her aufgebaut war, daß ich von irgend jemandem beobachtet wurde, da alles nach dem Schimpfen abbrach. Aber auch der symbolische Faktor spielt in diese Exkursion stark hinein. Sie werden mir sicher zustimmen, wenn ich dem Wegweiser sowie den Zyankalibecken nur symbolischen Wert zugestehen möchte, dessen Entschlüsselung ich durchzuführen nicht in der Lage bin.

Man könnte in Betracht ziehen, daß es im riesigen Reich geistiger Strahlungen und Wirkungen immer die Szenen gibt, die der derzeitigen seelischen Konstitution des Suchenden entsprechen. Anders ausgedrückt: Es gibt in den mentalen Frequenzen eine Art Übergedächtnis, das dem Eindringenden seinen ganzen Seelenstatus herauskristallisiert, in Bilder umtransponiert und oft noch verschlüsselt darbietet. Eine Art Metamorphose also, die es ja auch auf anderen Gebieten gibt. Dies alles wäre möglich. Aber so leicht wird uns die Natur dieses Problem nicht lösen lassen. Beim Schreiben dieser Zeilen bemerkte ich immer wieder eine starke Forderung an das eigene abstrakte

Denkvermögen, ohne das, wie ich fühle, nur Trugschlüsse das Ergebnis einer derartigen Analyse wären.

Ein ebenso reales Gedankenspiel wäre die Auffassung, daß der geschilderte Seelenstatus, der sich im mentalen

Raum dem Suchenden als Bildszene präsentiert, sein eigentliches Leben darstellt, oder den Extrakt dieses Lebens, das uns alle nach dem Tode erwartet. Aber auch diese Betrachtungsweise kann nur ein Entwurf sein, da ich auch andere Projektionen durchführen konnte, bei denen keine Spur mehr eines eigenen Seelenstatus, einer persönlichen Färbung, ja nicht einmal eines Symboles zu erkennen waren. Die Erlebnisse in den beiden anderen Mentalwanderungen waren für meine Seele oder mein Selbst so fremd und neuartig wie der Mondboden für einen Astronauten. Ich kann beim besten Willen keine auch noch so verschlüsselte Beziehung zu meinem Selbst erkennen. Die folgenden Erlebnisse sind kurz, aber sie waren für mich harte Tatsachen in einem fremden Bereich.

Eine Projektion im Zustand des Doppelbewußtseins (Bilokation) in eine Seins - Frequenz aus reinem Licht

Winter 1964 - Nacht

Nach einiger Zeit Tiefentspannung spürte ich durch starke, magnetische Sogkräfte in den Händen und Armen, daß mein Mentalkörper in den Zustand der Lösung oder Trennung überging. Meine Frau schlief neben mir in ihrem Bett. während der Tiefentspannung ist das Bewußtsein äußerst wach; man würde praktisch eine Stecknadel fallen hören. Ich lauschte gespannt auf jeden Atemzug meiner Frau und hatte Bedenken, meinen Geistkörper endgültig vom Sog mitreißen zu lassen. Obwohl ich wußte, daß sie immer fest und ruhig schlief, ahnte ich instinktiv, daß ein plötzliches Herüberlangen zu mir unberechenbare Folgen haben könnte. Da sie sich aber nicht rührte und der Sog in den Armen immer stärker wurde, entschloß ich mich zur endgültigen Trennung.

Ich gab dem magnetischen Sog nach, und mein Mentalkörper löste sich sanft aus dem physischen. Sofort merkte ich, daß ich ein Doppelbewußtsein hatte. Im physischen Körper blieb ich vollkommen wach und lauschte gespannt auf das Atmen meiner Frau. Im Mentalkörper war ich mir ebenso bewußt, während ich im magnetischen Sog dahinfuhr. Dabei fühlte ich mich wohl und fand nichts unnatürlich. Ich weilte in zwei voneinander unabhängig wahrnehmenden Teilen meiner Wesenheit. (In diesem Zusammenhang möchte ich sagen, daß ich es für möglich halte, der Mensch könnte sein Bewußtsein noch öfter trennen, so daß er zum Beispiel an drei oder vier verschiedenen Orten zu gleicher Zeit wahrnehmen kann. Dazu dürfte - außerhalb der Physis - nichts weiter nötig sein als der innere Wunsch und Wille.)

Kurz vor dem Anhalten des Geistkörpers kam es mir vor, als dringe ich durch einen Widerstand, eine dichtere Materie, die eine Wand gewesen sein dürfte. Ich öffnete die Augen und stand in einem wundervoll farbigen Zimmer. Ich war mir sicher, in einer leuchtenden "astralen" Schwingungsebene zu sein. Mit meinem Bewußtsein und Selbst stand ich mitten in diesem Raum, also in der dritten Dimension. Ebenso wach horchte ich aber im Bett auf jeden Atemzug meiner Frau.

Am anderen Ende des Zimmers war ein Fenster; rechts daneben, an der Wand, Regale mit Ziertellern; darüber eine hölzerne Uhr in der Art der Schwarzwälder Uhren. Mitten im Raum stand ein Tisch mit Stühlen und dahinter eine Frau mit strahlend freudigem Gesicht. Es war für mich ein unbeschreibliches Erlebnis, da ich mir völlig bewußt war, in einem fremden, aber ebenso wirklichen Bereich zu sein, wie wir es von der Materie gewöhnt sind. Die Frau mit dem glücklichen Lächeln hatte eine ordentlich zurechtgemachte Frisur und ein geschmackvolles, blaues Kostümkleid aus glänzendem und schillerndem Stoff. Ihr Alter schätzte ich auf zirka 40 Jahre. Sie war damit beschäftigt, den Tisch mit himmelblauen Tassen und Untertassen zu decken. Wie ich sah, bereitete ihr diese Tätigkeit große Freude. Wahrscheinlich erwartete sie Gäste.

Ich muß unsichtbar für sie gewesen sein, denn obwohl ich an der gegenüberliegenden Seite des Tisches stand, nahm sie keine Notiz von mir. Die Farben in diesem Zimmer waren so leuchtend und rein wie die Spektralfarben im Prisma, die mir seit der Beschäftigung mit Goethes Farbenlehre bestens bekannt waren. Ich war fasziniert davon, so viel Licht, Freude und Herrlichkeit in einer geistigen Frequenz zu sehen. Das Gesicht der Frau hatte in allen Einzelheiten höchste Farb - Differenziertheit, also leuchtende Wangen und Lippen, strahlende Augen und glänzendes, farbenprächtiges Haar. Die Pracht dieser Ebene übertrug sich auch auf meinen Mentalkörper, und ich empfand, daß sich die Frau im Bereich ihrer Umwelt unsagbar wohl fühlte. Auch die Gegenstände des Raumes hatten die gleiche farbige Pracht wie die Person. Nun heftete ich meinen Blick auf die hölzerne, in prächtigen Farben bemalte Uhr und betrachtete jede Einzelheit genau. Ebenso besah ich mir die nach Bauernart bemalten Zierteller, die hübsche Blumen - und Blattmotive zeigten.

Nach dieser Wahrnehmung hatte ich das Bedürfnis, in den physischen Leib zurückzukehren. Ich vereinigte mich wieder mit meiner zweiten Bewußtseinshälfte, die ständig auf das Atmen meiner Frau gehört hatte, und lag noch lange wach und von dem Erlebnis freudig gestimmt im Bett.

Anmerkung: Es erscheint mir sinnlos, diese Exkursion aus dem eigenen Seelenstatus ableiten zu wollen oder gar eine "Halluzination" zu erwägen. Das geschilderte Doppelbewußtsein tritt anscheinend nur in Kraft, wenn eine Störung von äußerer Seite befürchtet wird. Jedoch bemerkte ich eine gewisse Energieteilung der beiden Bewußtseinshälften. Ich hatte das Gefühl, daß die totale, bewußte Erlebnisfähigkeit ein wenig gemildert war, falls man das Bewußtsein als ein Energiefeld fester Größe betrachten will.

Meine dritte Projektion vollzog sich ebenfalls im Doppelbewußtsein und schildert eine trübe "Astralsphäre" Frühjahr 1964 - Margen

Die Bedingungen zu dieser Exkursion waren die gleichen wie bei der vorhergehenden Trennung. Ich horchte also auf jeden Atemzug meiner Frau, um im Falle einer Störung meinen Zweiten Körper sofort zurückholen zu können.

Ich lag auf dem Rücken. Nach langer und intensiver Entspannung strömten plötzlich günstige "elektrische" Schwingungen in meinen Körper. Sofort wurde ich von einem mächtigen Sog erfaßt. Ich öffnete die Augen und stand auf der Straße einer, wie mir schien, alten Stadt.. Die Straße führte geradeaus und stieg nach etwa 100 Metern steil an. An der linken Straßenseite, hinter einem Platz, stand eine Kirche in einem alten, vielleicht spanischen Baustil. Rechts neben der Kirchentür stand ein Mann und genoß anscheinend die ruhige Stunde. Er hatte die Augen geschlossen und den Kopf zurück an die Mauer gelehnt, als sinne er über etwas nach. Ich wollte ihn nicht stören und wendete mich ab. An der Straße und auch abseits standen überall Häuser; sie waren alle in dem staubigen, gelblichen Ton, der alte, südlich gelegene Städte oft kennzeichnet. Es war ein trüber Tag, die Straßen menschenleer. Die gesamte Stimmung empfand ich als gleichgültig und niedrig. An der rechten Straßenseite stand ein Haus mit staubigen, halb verfallenen Fensterläden.

Ohne es eigentlich selbst zu wollen, schwebte ich zögernd zu diesem Haus, drang durch die Mauer und stand in einem Zimmer. Auf der linken Seite stand eine Kommode in dunklem Holz; darauf einige Gegenstände. Daneben führte eine Tür in ein anderes Zimmer. Neben der Tür stand eine alte, abgeseessene Couch, die mit Leder bezogen war; davor ein niedriger Tisch aus dunklem Holz. Links und rechts des Tisches schwere, mit Leder bezogene Klubsessel mit Seitenlehnen, ebenfalls abgeseessen und verschabt; auf dem Tisch ein Aschenbecher aus Kristallglas mit Ascheresten.

Nun hörte ich Stimmen im Nebenzimmer, und eine ältere Frau von magerem Aussehen kam eiligen Schrittes herein, ging zur Kommode, tat irgend etwas, drehte sich herum und kam dann auf mich zu. Sie ging ganz dicht an mir vorbei, ohne mich zu bemerken. Am

Fenster oder am Vorhang richtete sie etwas, was ich nicht sah, weil sie mit dem Rücken zu mir stand. Darauf verließ sie eiligen Schrittes das Zimmer, wobei ich unwillkürlich mit meinem Geistkörper etwas zurückwankte, um nicht berührt zu werden. Beim Nachschauen erkannte ich, daß sie die Haare zu einem Knoten gebunden hatte. Im Nebenzimmer schien ein Mann zu sitzen, denn sie hatte die Tür nicht ganz zugemacht und redete sofort wieder mit jemandem in einem Ton, der mir etwas zankhaft vorkam. Nach dieser Wahrnehmung drang ich durchs Fenster und wurde von meinem Körper angezogen. Nachdem beide Bewußtseinshälften verschmolzen waren, freute ich mich, daß meine Frau mich nicht gestört hatte. Auch diese Exkursion war ein echter Einblick in einen fremden Bereich.

Anmerkung: Auffallend bei beiden Projektionen ist der Unterschied in der Leuchtkraft und Helligkeit der Farben. Je trüber eine mentale Schwingungsebene ist, desto materieller sehen alle Dinge aus. Je leuchtender die Sphäre ist, desto mehr aus Licht geformt sind die Erscheinungen. Ich glaube, daß in den mentalen Frequenzen alle nur erdenklichen Licht - und Stimmungsstufen vorhanden sind, je nach der Höhe der Bewußtseinslage seiner Bewohner, deren Innenwelt, Neigung, Sehnsucht und Intuition sich dort als Außenwelt und völlig neues Sein offenbaren. Anders gesagt: Der Seelenstatus eines Menschen entscheidet über die Höhe der Frequenz, in der er sich nach dem Tode auf halten kann.

Diese Seinsebenen sind nach meiner Meinung nicht ausnahmslos aus dieser psychischen Verfassung des Einzelnen aufgebaut, sondern den Verstorbenen zieht es in Sphären, die seiner inneren Natur gemäß sind. Diese Seinsschichten sind als Realität, wenn auch nicht in unserem Sinne, so doch zumindest als metaphysische Möglichkeit im geistigen Universum vorhanden. Die verschiedenen "Astralebene" bestehen meiner Meinung nach auch andere Forscher äußerten diese Vermutung - nicht nebeneinander, sondern durchdringen sich gegenseitig auf Grund der inneren Bewußtseins - oder Seinsqualität, die sich hier manifestiert hat und in verschiedenen Leuchtstufen oder Frequenzen ausdrückt. Zwischen diesen beiden Extremen also - reine Lichtschwingungen in leuchtenden Farben, gegenüber stumpfer, materieller Wirkung - spannt sich der ganze Regenbogen der inneren Lichterscheinungen im geistigen Universum.

Es ist möglich, daß sich die Bewohner einer Astralsphäre, wie wir sie gerade beobachten konnten, dermaßen mit ihrer Umwelt verbunden haben und in ihr neues Sein integriert sind, daß sie es niemals glauben würden, wenn man ihnen sagte, es gäbe auch noch andere Welten als die, in der sie sich gerade aufhalten. Diese anderen Welten könnten sie erreichen, wenn sie es wollten. Die eigene Seelenfrequenz zu erhöhen ist aber ein schwieriges Unternehmen. Dieses Buch berichtet ja davon.

Handelt es sich bei den hier beschriebenen Projektionen nicht um den gleichen Vorgang? Wir befinden uns in einer "materiellen Welt", wie wir meinen, und glauben fälschlicherweise, daß es die einzige sei, die wir wahrnehmen könnten. Und doch ist es möglich, durch die Herauslösung des Zweiten Körpers und der mit ihr verbundenen Induktion einer höheren seelischen Schwingung in völlig andere Welten und Seinsebenen zu gelangen. Wenn man die "Schwelle" erreicht hat, wird man von einem magnetischen Sog in diese Welten gezogen, die bisher als Phantasie - oder Traumwelten betrachtet wurden. Ich bin überzeugt: hier tut sich etwas für die Menschheit auf, das zu erobern in ihr Schicksal graviert wurde wie die Eroberung des Weltraumes. Erste Fakten einer "Raumfahrt der Seele" dürften in den Erlebnissen dieses Buches zu erkennen sein.

**BEWEGUNGEN DES MENTALKÖRPERS IM EIGENEN ZIMMER -
UMGEBUNGSSTUDIEN**

Nach den vorher geschilderten Erlebnissen bemerkte ich bei mir einen starken Drang, im Zimmer meine geistigen Sinne zu schulen und vorerst nicht mehr in die unbekanntten Bereiche der astralen Ebenen zu "reisen". Auf die komplizierten Strukturen der außersinnlichen Wahrnehmung aufmerksam geworden, wollte ich die Funktion des

geistigen Sehens in der unmittelbaren Umgebung etwas genauer studieren. Dabei geriet ich überraschend in seltsame, neue Schwierigkeiten. Da ich die Gegenstände im Zimmer kannte, bemerkte ich jetzt, wie der Geist, der Wille oder das Unterbewußtsein einen begrenzten Einfluß auf die sichtbaren Dinge und Erscheinungen außerhalb der Physis auszuüben vermochte. In der Folge der Erlebnisse wurde mir immer mehr bewußt, daß diese Fähigkeit des Geistkörpers, auf die mentalen Lichterscheinungen einzuwirken, eines der elementaren Grundgesetze der geistigen Wahrnehmung außerhalb des physischen Körpers ist.

Die Lektüre der folgenden Erlebnisse sollte mit einem Nachempfinden verbunden werden, da sonst die feinen Unterschiede in den sich oft ähnelnden Erfahrungen übersehen und deren chronologischer Ablauf nicht genügend bewußt wird. Für die Parapsychologie dürfte sich hier brauchbares Quellen- und Vergleichsmaterial bieten, das für weitere theoretische Forschungen geeignet sein sollte. Wie ein Geologe an Hand einiger Gesteinsbrocken und Fossileinschlüsse oft die ganze Geschichte eines Erzeitalters und seiner Evolution ergründen kann, so sollte es möglich sein, aus diesen Fragmenten außersinnlicher Wahrnehmung wichtige Rückschlüsse auf die Funktion des geistigen Sehens sowie die Seinszustände einer anderen Wirklichkeit zu gewinnen.

Die ersten Exkursionen ins Zimmer wurden erregt und hastig durchgeführt, weil ich sofort nach der .Abtrennung des Mentalkörpers die untrügliche Empfindung hatte, daß hier etwas Elementares und Urhaftes geschehen war, von dem ich nicht wußte, ob meine innere Reife für dieses Eindringen schon ausreichend sei. Zudem kam die Befürchtung, nicht mehr in meinen Körper zurückkehren zu können, die sich aber, wie ich später bemerkte, als unbegründet herausstellte.

Zu manchen der folgenden Erlebnisse führe ich unter der Bezeichnung "Negativ" die Täuschungen an, die ich auf eine anfangs unkontrollierte und zu hohe Gedankenproduktion des Energiekörpers zurückführe. Außerdem bemerkte ich eine auf mangelndem Erinnerungsvermögen basierende Orientierungslosigkeit, die bei manchen Exkursionen Gegenstände auf falschem Platz erscheinen ließ.

Dies alles macht deutlich, daß der Mentalkörper im Zimmer nicht in seinem wahren Element handelt, sondern gezwungen ist, seine geistigen Sinne unter abnormen Bedingungen einzusetzen, die weit mehr einem Bewußtseinsmäßigen "Abtasten" als einem "Sehen" nahekommen. Hier spielen sicher viele Faktoren und Kräfte mit, die wir sonst mit "Hellsehen" und "Telepathie" umschrieben haben. Die Gedankenbildekraft wird im außerkörperlichen Erleben als ebenso natürlich oder selbstverständlich empfunden wie das Schweben, Fühlen, Tasten oder andere Eigenschaften des Zweiten Körpers.

Ich glaube, daß der Sehsinn in den mentalen Frequenzen besonders geschult werden muß, wenn eine annähernd richtige Erfassung der Erscheinungen erreicht werden soll. Das klare Erkennen einer Situation oder Szene außerhalb der Physis hängt aber auch weitgehend vom Grad der Bewußtheit ab, den man nach der Trennung erreichen kann. Auf jeden Fall sind die Anforderungen an den Geistkörper, im eigenen Zimmer zu sehen, enorm hoch. Es sieht anfangs so aus, als ob der Mental im Zimmer nur das wahrnimmt, was er gut in der Erinnerung hat. Folgende Erfahrungen könnten diese Annahme untermauern:

Bei manchen Exkursionen konnte der Geistkörper bestimmte Gegenstände, die im physischen Zimmer vorhanden waren, überhaupt nicht sehen. Der Grund: - er hat sich an diese Dinge nicht erinnert und konnte sie deshalb nicht in geistiges Licht (Astrallicht) transponieren. Bei anderen Exkursionen erinnerte sich der Geistkörper zwar, daß gewisse Gegenstände im Zimmer waren - er wußte aber nicht mehr genau, wo diese standen. Das Ergebnis: Bei diesen Exkursionen standen dann die Gegenstände an einer beliebigen, also falschen Stelle im Zimmer.

Auf diese Weise entstehen - nach meiner Meinung die "Täuschungen", die aber, geht man von der Grundeigenschaft, der "Gedankenbildekraft" aus, gar keine sind.

Eine weitere wichtige Erfahrung: Es ist für den Mentalkörper schwer, sich an spezielle oder sehr detaillierte Gegenstände im Zimmer zu erinnern, die im Augenblick nicht vordergründig im Bewußtsein vorhanden sind. Die großen Möbelstücke, Vorhänge, Fenster u. a. sind leicht zu "sehen" und für den anfangs nervösen Geistkörper die ersten Orientierungsmarken. Nur sehr langsam dämmert bei gezielter Konzentration die Erinnerung auch an andere Dinge und Feinheiten des Zimmers herauf.

Nun möchte ich noch kurz beschreiben, wie es mir im Geistkörper gelungen ist, überhaupt im Zimmer zu bleiben: Bei einer normalen Mentalprojektion gerät man in den schon vielfach beschriebenen "Sog". Wenn man in diesem Stadium völlig passiv bleibt, landet man in der "Astralsphäre" mit ihren fremdartigen Erlebnissen; konzentriert man sich während dieser Phase der Abspaltung sofort auf das Zimmer, so bleibt man in diesem. Bevor es mir gelang, den Sog nach der Abtrennung des Mentalkörpers so zu bremsen und zu steuern, daß ich auch wirklich im Zimmer blieb, geriet ich noch einmal an einen fremden Ort. Dieses kurze Erlebnis sei hier geschildert:

29. Oktober 1965 - Morgen.

Nach der Tiefentspannung von etwa einer Stunde legte ich mich auf die rechte Seite und geriet kurz darauf in den Sog: Nachdem die gleitende Bewegung aufgehört hatte, öffnete ich die Augen.

Ich befand mich in einem Treppenhaus und ging die Treppe hinab. Unten rechts war eine Tür, die mir Furcht einflößte. Auf dem Türschild stand der Name "G. Glahn" (ist mir nicht bekannt). Nun wandte ich mich ab und glitt zur gegenüberliegenden Tür, die offen stand. Unordentliche Möbel im Raum und niedrige Ausstrahlung ließen mich aus der Exkursion zurückziehen. Das Eintauchen in den physischen Leib war sanft.

Nachher lag ich wach im Bett und hörte Stimmen und Musik mit ähnlichen Störgeräuschen wie die eines Radiogerätes. Derartige Phänomene des "Hellhörens" traten öfter auf.

30. Oktober 1965 - Morgen.

Die erste Exkursion ins eigene Zimmer

Ich lag auf der rechten Seite. Nach der Entspannung und Resonanz des Energiekörpers trennte ich mich sanft vom physischen. Diesmal konzentrierte ich mich sofort auf das Zimmer. Ich öffnete die Augen und fand mich schwebend auf halber Höhe zwischen Zimmerdecke und Fußboden. Es war ein großes Erlebnis, und ich war unruhig und erregt. Nun schwebte ich in verschiedenen Lagen im Raum umher, ganz ähnlich den Astronauten in der Raumstation. Das Gefühl der Schwerelosigkeit war sehr angenehm. Manchmal gingen die Beine hoch oder ich schwebte waagrecht. Zuweilen fing der Mentalkörper an zu pendeln. Ich konnte mich so richtig gehenlassen, ohne herunterzufallen. Im Grunde war mein Orientierungssinn, der mich "oben" und "unten" unterscheiden ließ, nur durch die bekannte Lage der schwach erleuchteten Möbel aufrechterhalten, weil sich die gewohnte Schwerkraft hier nicht bemerkbar machte. Ich versuchte mich auf die Geistfüße zu "stellen", weil auch die Möbel standen".

" Nach dieser mentalen Gymnastik schwebte ich zum Fenster und hatte alle Mühe, rechtzeitig zu "bremsen" (das Bremsen geschieht durch den Willen). Im Zimmer war es fast dunkel, wie auch in Wirklichkeit. Ich sah nun zum Fenster hinaus; der Garten schien mir seltsamerweise saftig grün. Das Sehvermögen reichte nur etwa 50 Meter; dahinter war es schwarz.

Jetzt schwebte ich zum Schreibtisch, hob einen Stein aus meiner Sammlung auf und legte ihn etwas hart zurück auf die Platte. Daraufhin wackelte die Glasscheibe des Wohnzimmerschranks. Nun betrachtete ich noch einige Gegenstände, die in ihrer Form annähernd identisch mit den wirklichen waren und zog mich dann langsam in den Körper zurück. Kurz vor dem Eintauchen in die Physis besah ich mir noch deren Beine und Füße, die schwachsilbrig leuchteten. Anschließend hörte ich bei vollem Bewußtsein deutlich und laut Glockenläuten (ein Phänomen des "Hellhörens").

Anmerkung: Der Garten war um diese Jahreszeit natürlich nicht saftig grün; außerdem war es dunkel draußen. Die gesehene grüne Aufhellung des mentalen Gartens wurde mit unterbewußter Gedankenbildekraft aus dem Astrallicht induziert. Die komplizierte Verschränkung von Bewußtsein, Sehen und Handeln im Zweiten Körper sieht man daran, daß der Stein, den ich vom Schreibtisch aufgehoben habe, in Wirklichkeit - wie ich nachher feststellte - auf dem Wohnzimmerschrank lag, an dem die Glasscheibe gewackelt hatte. So hatte also der mentale "Gehörsinn" richtig reagiert, der "Sehsinn" dagegen falsch. Näheres über diese Probleme finden Sie im Kapitel: "Die Funktion des geistigen Sehens".

1. November 1965 - Morgen.

Nach der Trennung zog mich der Sog steil in die Höhe. Die Strecke dieses Aufschwebens ist schwer abzuschätzen; die Zeitdauer betrug etwa drei bis vier Sekunden. Ich wollte im Zimmer bleiben und bemerkte auf diesen Wunsch hin, wie mein Mentalkörper eine gewisse Strecke zurücksank. Ich öffnete die Augen und befand mich auf halber Höhe des Zimmers. Daraufhin schwebte ich zum Vorhang des Fensters und bemerkte, daß meine Bewegungen un gelenk und hastig waren. Ich pendelte hin und her und stieß mit dem Kopf gegen die Decke, ohne einen Schmerz zu fühlen. Am Vorhang angekommen, griff ich in die groben Maschen der Gardinen, die sich überzeugend materiell anfühlten. Danach schwebte ich zur Tür, um hinauszugehen, hatte aber Bedenken und ließ den Türdrücker wieder los.

Jetzt schwebte ich dicht über dem Boden zum Schrank und nahm einen Stein, den ich am Abend dort hingelegt hatte, in beide Hände des Geistkörpers. Nun besah ich mir diesen Stein genau in seiner Form und Farbe, wobei ich die einzelnen Strukturen deutlich erkannte (es war ein Marmorbrekzie). Obwohl das gesamte Zimmer im Halbdunkel lag, wie auch in Wirklichkeit, fiel beim Anschauen des Steines ein seltsames geistiges Licht darauf und ließ die Form - und Farbnuancen in einem normalen, hellen Lichtschein erkennen, der nur die unmittelbare Umgebung des Objektes erhellte. Für das Tastvermögen war das Mineral richtig hart und "materiell"; es hatte auch ein Gewicht, aber viel weniger als im Normalzustand.

Vorsichtig schwebte ich zum Bett, wo ich meinen verlassenen Leib liegen sah, den ich mir jetzt genauer betrachtete. Ich fand ihn (mich) mit geschlossenen Augen, aber etwas unruhig um die Augenpartie und den Mund. Nun schwebte ich wieder zum Schrank und nahm meine Armbanduhr mit ins Bett. Ich bewegte mich zur rechten Seite meines physischen Körpers und wollte einkehren, aber eine unsichtbare Mauer verhinderte es. Mir gelang es nicht mehr, in die Physis einzutauchen, so sehr ich auch mit dem Zweiten Körper gegen diese undefinierbare Grenze drückte.

Ich schwebte wieder zwei Meter zurück, um die neue Situation zu bedenken. Meine Mitte oder mein Selbst war vollkommen ruhig und ausgeglichen, was wohl darauf zurückzuführen war, daß ich die verlassene Hülle des materiellen, sterblichen Körpers als etwas Fremdes, mir nicht Zugehörendes betrachtete. Meine Gedanken waren bei Frau und Kind. Da sprach plötzlich eine Stimme aus der Richtung meines physischen Körpers: "Willst du auch einkehren?" - Ich sagte "ja" und tauchte sanft ein.

Anmerkung: Es ist schwer zu sagen, durch was die unsichtbare Sperre hervorgerufen wurde. Nach der spiritualistischen Terminologie könnte eine fremde Wesenheit, die mein Tun beobachtet hat, von meinem verlassenen Körper vorübergehend Besitz ergriffen haben. Für wahrscheinlicher halte ich aber, daß sich hier ein unterbewußter Hemmungskomplex als Sperre manifestierte. Schließlich gäbe es noch die Möglichkeit, daß das Hindernis durch ein intelligentes Wesen absichtlich geschaffen wurde, um mich auf eine Probe zu stellen. Die mentalen Frequenzen sind aber noch dermaßen unerforscht, daß ich nicht zu viele Thesen aufstellen möchte, sondern lieber möglichst genau berichte. Die wahren Verhältnisse werden sich erst in der Zukunft besser durchschauen lassen.

Nach dem 1. November 1965 erreichte ich längere Zeit kein mentales Wandern mehr; nur flüchtige Hellseh - und Hellhörvisionen, Stimmen, Musik, Bilder ohne Bezug zu meinem Leben oder Selbst.

21. November 1965 - 4 Uhr früh.

Ich durchdrang die Schwelle und erlebte flüchtiges mentales Wandern. Ich war mir nicht voll bewußt. Planlos schwebte ich in der Nacht über Häuser, die durch dürftige Laternenbeleuchtung erhellt waren. Nun wurde mein Bewußtsein klar, und ich betrachtete meinen Schlafanzug, den ich wirklich anhatte; die Farbe und das Muster stimmten mit dem wirklichen überein. Ich sah auch die Socken und die Hausschuhe, die ebenfalls natürlich aussahen. Diese Szene spielte sich in etwa fünfzig Meter Höhe über dem Boden ab. Wieder merkte ich, daß die Projektion nicht klar war, konzentrierte mich auf meinen Körper, wurde von diesem angezogen und tauchte langsam wieder ein.

Negativ: In Wirklichkeit hatte ich Hausschuhe und Socken nicht an, da ich im Bett lag. Beides wurde durch die Gewohnheit in Verbindung mit der Gedankenbildekraft "gedacht". Die Kleidung des Mentalkörpers wird also durch die Kraft der Gedanken aus dem "Astrallicht" oder einer Substanz, die aus dem Energiekörper emaniert durch das Unterbewußtsein erzeugt (siehe auch Muldoon / Carrington, "Die Aussendung des Astralkörpers", Hermann Bauer Verlag, Freiburg 1973).

Am gleichen Morgen, etwa eine Stunde später.

Hier schildere ich eine Projektion, die zur Hälfte negativ verlief. Bemerkenswert ist aber, daß mein Mentalkörper jede "Täuschung" sofort als solche erkannte. Das war wohl auch der tiefere Sinn dieser Exkursion.

Nach günstigen elektromagnetischen Gefühlen in meinem Körper durchbrach ich die Schwelle. Nachdem ich die Augen geöffnet hatte, schwebte ich zum Fenster. Es war geschlossen. Sofort bemerkte ich die Täuschung oder ungenügende Wahrnehmung, denn ich wußte, daß ich das Fenster vor der Exkursion geöffnet hatte. Ich machte also das Fenster auf und zog die Gardine vor, genau wie es in Wirklichkeit war. Das Ganze war natürlich eine imaginative Handlung mit Hilfe der Gedankenbildekraft. Dann schwebte ich zum Schreibtisch und überzeugte mich, ob die Schreibmaschine am richtigen Platz stand. Es stimmte genau. Nun wollte ich zur Tür, aber zwischen Tisch und Schrank stand der Schreibtischhocker mitten im Wege. Ich ärgerte mich über diese Täuschung und räumte den Stuhl beiseite, weil ich wußte, daß er in Wirklichkeit beim Schreibtisch stand. Ich hantierte also mit einem "Phantom" des wirklichen Schreibtischstuhles.

Nun sah ich zum Fenster hinaus und bemerkte sofort eine neue areale Lichtvision. Viele fremdartige Bäume sah ich draußen mit großen, traubenförmigen Blüten. Da es Nacht war, sah ich aber keine Farben, sondern nur silbriges, astrales Licht fiel auf die Blüten. Ich war mir der Täuschung dieser Blüten völlig bewußt, betrachtete aber jede Einzelheit mit Muße.

Nun begann ich, mich im Geistkörper stark auf die Blumen zu konzentrieren, da ich ergründen wollte, ob sie nicht doch farbig seien. Nach kurzer Zeit wurden sie zu meiner Verwunderung leuchtend und glänzend purpurrot. Hier konnte ich zum erstenmal das Wirken der Gedankenbildekraft im Vollzug beobachten. Diese Kraft, die ich schon öfter erwähnte, ist dem Mentalkörper von Natur aus gegeben. Im Gegensatz zum physischen Körper, der sich Dinge zwar denken kann, die aber Gedanken bleiben, kann der Geistkörper auf die Erscheinungen der feinstofflichen Ebenen verändernd einwirken. Ein großer Yogi (Paramahansa Yogananda) berichtete, daß die Wesen in den feineren Welten mit ihrer inneren Kraft mentale Formen auflösen und neue Formen erfinden und zusammensetzen können; eine Tätigkeit des Geistes, die den Bewohnern der Astralebene viel Freude bereitet. Das Problem der "Gedankenbildekraft" zeigt deutlich, daß es unmöglich ist, für außerkörperliche Erlebnisse unsere physischen Erfahrungsnormen als Beurteilungsbasis uneingeschränkt einzusetzen. Konkret gesehen

sind die Formveränderungen beim geistigen Sehen, die wir als Täuschungen auffassen, in Wirklichkeit mentale Naturgesetze und nur unser ungenügend abstraktes Vorstellungsvermögen sowie unsere begrenzte, aus dem Physischen gewachsene Bewußtseinslage verhindern es; die wahre Symmetrie und Einheit der mentalen Schwingungsebenen zu begreifen.

Weiter in der Exkursion: Nachdem ich die imaginativ rot gefärbten Blüten ausgiebig bewundert hatte, schwebte ich zur Tür und sah, daß sie offenstand. Ich wußte aber, daß es nicht der Fall sein konnte und schloß deshalb die Tür. Nun schaute ich auf die große Lampe aus geblasenem Milchglas, glitt zum Schalter und schaltete ein, um eventuell ein Licht bemerken zu können. Zuerst sah ich nichts. Nach öfteren Einschalten und konzentriertem Hinsehen begann die Birne silbrig zu leuchten (also wieder der Vorgang im Vollzug).

Daraufhin sank ich wieder in meinen physischen Leib zurück. Ich erkannte, daß in dieser Exkursion der rote Faden einer mentalen Schulung vorhanden war; als ob ein Kind laufen und sprechen lernen müßte.

Anmerkung: Ich halte derartige Studien in der näheren Umgebung für sehr wichtig, weil man an ihnen den Grad der erreichten Bewußtheit und Gedankenkontrolle feststellen kann.

24. November 1965 - Morgen.

Diese Projektion wirft Licht auf den geheimnisvollen Zustand der Trennung und Wiedervereinigung des Geistkörpers von der Physis.

Es war schon kurz vor 6 Uhr und ich wußte, daß ich bald aufstehen mußte. Da ich aber merkte, daß eine Trennung möglich war, verließ ich doch meinen Körper und blieb mit dem Mental im Zimmer links neben dem Bett stehen. Plötzlich ging dir Tür auf, und meine Frau kam herein sie sagte: "Zeit zum Aufstehen!" Dabei sah sie auf den physischen Körper im Bett. Sofort wollte ich Antwort geben, brachte aber keinen Ton heraus. Die Stimme meiner Frau hörte ich laut und deutlich. Meine Stimme konnte ich nicht hören. Ich formte wie ein Stummer die einzelnen Worte und Laute mit dem Mund. während ich schnell zurück zu meinem Körper strebte und eintauchte, versuchte ich wieder Antwort zu geben, da meine Frau erneut auf mich einredete. Kurz bevor sich mein Geistkörper im physischen eingebaut hatte, hörte ich meine Stimme noch nicht. Plötzlich hörte ich sie ruckartig weitersprechen, was ich schon im Mentalkörper zu sprechen begonnen hatte. Die Verbindung war hergestellt. Ich konnte also einen Satz, den ich im Geistkörper zu sprechen begonnen hatte, im physischen Leib weitersprechen, ohne daß mein Bewußtsein auch nur eine Sekunde ausgesetzt hatte.

3. Dezember 1965

Diesmal bemerkte ich beim Herauslösen des Zweiten Körpers, daß mein Bewußtsein nicht ganz klar war. Der Sog zog mich eine längere Strecke als sonst in den astralen Raum (dies könnte ein Hinweis dafür sein, daß in den feinstofflichen Ebenen der Raumbegriff noch eine Rolle spielt - zumindest bewußtseinsmäßig). Nachdem ich die Augen geöffnet hatte, flog ich in ca. 150 Meter Höhe über ein großes Meer. Deutlich sah ich die dunstige Atmosphäre eines von Licht durchstrahlten Morgens.

Unter mir erkannte ich eine Insel, auf der riesige technische Anlagen installiert waren. Vielleicht waren es nur Archetypen von zukünftigen technischen Möglichkeiten, oder es waren wirkliche Inseln auf unserem oder einem anderen Planeten. Vielleicht auch Bohrinselfn auf einer anderen Seite der Erde, die gerade im Morgenlicht lag. Bei genauem Hinsehen rückten die entsprechenden Details näher vor meine Augen, ohne daß ich die Höhe meines Fluges verändert hätte, also wieder dieses variable Sehen, das mir schon bekannt war.

Die Anlagen bestanden aus silbrig glänzendem Metall und zeigten Kessel - und Rohrkonstruktionen sowie Aufbauten aus Eisenträgern. Auf einem Platz inmitten der technischen Dinge sah ich einen Mann stehen, der anscheinend Blaue Arbeitskleidung

anhatte. Sein Gesicht konnte ich bis auf ca. zwei Meter heranholen; leider sah ich es aber nur kurz und unvollkommen; es war gebräunt und hatte Falten.

Jetzt richtete ich meinen Blick auf die Ferne des Meeres, wo der atmosphärische Dunst noch dichter war. In diesem silbrigen Nebel erkannte ich noch zwei weitere Inseln, die ebenfalls technische Anlagen zeigten. Ich blickte noch einmal auf die glitzernden Meereswogen unter mir und zog mich dann durch ein Gefühl innerer Unsicherheit zum Körper zurück.

Eine genauere Schilderung ist mir leider nicht möglich, da ich während der Projektion nicht die übliche Klarheit zu erreichen vermochte, obwohl ich mich ständig darum bemüht hatte.

Anmerkung: Bei unklarer Herauslösung des Mentalkörpers sind die geistigen Sinne der Empfindung, des Willens und Erkennens nur schwach ausgebildet, da das wesentliche Potential der Wahrnehmungsfähigkeit im physischen Körper geblieben ist. Der Geistkörper operiert also nur mit einer schwachen Abordnung mentaler Ströme. Die Sinne reagieren dann nur sehr labil und unselbständig. Täuschungen scheinen in diesem Zustand - vor allem bei Zimmerexkursionen - häufiger und übertriebener aufzutreten. Das Erleben der Exkursion ist schwächer, die Erinnerung an Einzelheiten schwieriger.

Diese Erfahrung enthält wohl den Hinweis, daß die Mentalprojektion eine psychoenergetische Bewußtseinsverlagerung ist, die qualitativ sehr unterschiedlich ausfallen kann. Bei guter Trennung ist das Erleben überzeugend stark und nachhaltig, ja das Bewußtsein kann noch größere Klarheit als das im physischen Körper annehmen.

3. Dezember 1965 - Morgen.

Ich lag vollkommen wach auf dem Sofa und hatte eine Hellsehvision. Sie wurde durch ein Gefühl eingeleitet, als ob ich mit meinem Geist eine Mauer durchdringe und plötzlich im Freien bin.

Nun erschien das Bild: Vor mir war eine Winterlandschaft im Schneegestöber, die der vor unserem Hause ähnelte. Erst glaubte ich an eine willkürliche Vision, da der Schnee am Tag zuvor fast verschwunden war. Nachdem ich aber, als es heller wurde, aufstand und zum Fenster hinaus sah, war tatsächlich Schneegestöber draußen. Meine geistigen Sinne hatten mir also das Wetter im voraus gezeigt.

16. Dezember 1965

Lange Zeit war ich in Bereitschaft und wollte meinen Körper verlassen; doch eine unsichtbare Mauer verhinderte es. Obwohl ich den Geistkörper energetisch schon gelöst hatte, gelang mir das endgültige Durchdringen der Schwelle nicht. Da öffnete sich die Tür und meine Frau rief: "Zeit zum Aufstehen!" Die unterbewußten Geistsinne konnten wahrscheinlich den ungünstigen Zeitpunkt vorausahnen und widersetzten sich einer weiteren Aktion.

6. Januar 1966

Nach einiger Zeit Tiefentspannung löste sich der Zweite Körper teilweise heraus. Ich lag auf dem Bauch; der Kopf war nach rechts gerichtet. Mir gelang es jedoch nicht, das Bett zu durchdringen. Ich versuchte es nach rückwärts, aber ohne Erfolg. Nach der linken Seite gelang es mir endlich, meinen mentalen Oberkörper ca. 80 Zentimeter herauszubewegen. Die mentalen Füße aber blieben im physischen Körper und ließen sich nicht lösen.

Ungefähr drei Minuten blieb ich im Mentalkörper schräg neben der Physis liegen; in dieser Zeit, in der ich keine Aktion unternehmen konnte, fühlte ich, wie schön es doch außerhalb des Körpers ist. Eine wunderbare innere Freiheit empfand ich. Der Tod erschien mir als eine ganz gewöhnliche und unwesentliche Tatsache - als ein "Nichts".

Nachdem es mir wieder nicht gelang, meine mentalen Füße aus dem Körper zu ziehen, tauchte ich wieder ein Mund beendete den Versuch.

21. Februar 1966

Bei dieser Exkursion begann eine Serie von Tastversuchen. Ich hatte irgendwie die Eingebung, daß ich vorerst nicht mehr sehen, sondern tasten sollte.

Nach der Entspannung erreichte ich die Schwingung und legte mich auf die rechte Seite. Dieses Umwenden hebt die Resonanzphase nicht mehr auf, da die magnetische Lockerung des Energiekörpers schon zu weit fortgeschritten ist (die Technik der Trennung habe ich im Anschluß an den Bericht beschrieben).

Nun begann sich mein Geistkörper zu lösen. Ich nahm mir vor, im Zimmer zu bleiben. Diesmal öffnete ich die Augen schon während der Sogphase und merkte, daß das geistige Sehen bereits funktionierte. Ich richtete mich im Mentalkörper auf und blieb auf dem Rand des Bettes sitzen.

Im Zimmer war es dunkel. Vor dem Bett (Sofa) stand der Tisch. Nun hob ich beide Hände und senkte sie langsam wieder auf die Tischplatte (ich hatte nicht das Bedürfnis hinzusehen, darum blieben die Gegenstände auch in der Dunkelheit - wurden also nicht im "Astrallicht" zu heller Sichtbarkeit induziert). Ich senkte also meine mentalen Hände vorsichtig auf die Tischplatte, die ich auch sofort deutlich spürte. Eine kurze Zeit betastete ich die Tafel an verschiedenen Stellen und freute mich, daß sie richtig "materiell" war. Nun schaute ich nach links zur Tür und nach rechts zum Fenster; in der Dunkelheit waren nur die großen Umrisse der Möbel zu erkennen. Jetzt griff ich nach einer figuralen Steinplastik, die ich selbst gefertigt habe - sie stand am hinteren Rand des Tisches. Ich tastete mit meinen Fingerspitzen die Figur ab und spürte überzeugend das Körnige und Rauhe des Sandsteins. Auch jetzt kam es mir noch nicht in den Sinn, die Figur zu betrachten, sonst wäre sicher "astrales" Licht darauf gefallen.

Nach dem gründlichen Abtasten der Plastik stand ich vom Bett auf, wobei mein mentaler Oberkörper einige Male hin - und herschwankte. Dabei wurde es mir etwa fünf Sekunden lang etwas schwindelig. Wahrscheinlich war ich mit zuviel Schwung aufgestanden. Jetzt betastete ich meine Hände gegenseitig und spürte die Haut und darunter die Fingerknöchel. Daraufhin griff ich meine Beine an verschiedenen Stellen ab; auch hier alles "materiell" und völlig natürlich.

Nun schwebte ich über meinen physischen Körper, der im Bette lag, richtete mich gerade auf, versenkte mich konzentrativ im Zweiten Körper und brachte mir dieses neue "Sein" verstärkt zu Bewußtsein. Danach sank ich langsam wie eine Feder in den Körper zurück. Negativ: Die Sandsteinplastik stand in Wirklichkeit auf einem dicken Buch (ich hatte sie auf das Buch gestellt, um einige Blüten zu pressen). Das Buch wurde durch die geistigen Sinne des Zweiten Körpers nicht in die mentale Frequenz transportiert; wahrscheinlich wegen mangelnden Erinnerungsvermögens. Aber bei diesem Versuch sollte ja auch nicht gesehen, sondern getastet werden. Ich hatte das Buch aber auch nicht ertastet.

23. Februar 1966

Eine unangenehme Bewußtseinserfahrung

An diesem Morgen geriet ich in das wirre Durcheinander einer Bewußtseinskrise. Vielleicht war ich während der Resonanzphase plötzlich eingeschlafen. Mein Mentalkörper irrte nun ohne klares und lenkendes Bewußtsein im Zimmer umher. Unter vielen mißlichen Umständen versuchte ich im Zweiten Körper bewußt zu werden, aber ohne Erfolg. Oft glaubte ich, mein Mental hätte sich in der Physis schon eingebaut, mußte aber bemerken, in einer neuen Täuschung befangen zu sein. Die Lage war hoffnungslos und zum Verzweifeln. In diesem Zustand unterlag der Mentalkörper äußeren Einflüssen. Der eigene 'Wille war machtlos. Taumel - und Pendelbewegungen sowie Deformationen waren die Folge; zum Beispiel wurde mein ausgestreckter, mentaler Arm drei Meter lang und griff noch durch die Scheiben ins Freie. Nach starken inneren Kämpfen, meine Mitte nicht zu verlieren, und verzweifelten Versuchen, mein Normalbewußtsein zu erlangen, wurde ich plötzlich wach und atmete erleichtert auf, als alles vorbei war.

Anmerkung: Auch hier also wieder ein gefährliches Erlebnis. Es scheint nicht ratsam, auf der kritischen Grenzscheide der Schwelle einzuschlafen. In Zukunft brach ich bei Müdigkeit oder unklarem Bewußtsein während der "Resonanzphase" jeden Versuch ab. Mir kam immer mehr die Erkenntnis, daß es keine Garantie für das einwandfreie Gelingen

einer Projektion gibt. Das Risiko eines Fehlschlags kann nicht ganz ausgeschlossen werden. Die Natur scheint dem Eindringenden in die mentalen Frequenzen starke Hindernisse entgegenzuwerfen. Der Vergleich mit der physischen Raumfahrt - bei der es immer wieder Pannen, ja sogar Katastrophen gibt - drängte sich mir durch diese Erfahrung erneut auf.

4. März 1966

Nachdem sich mein Zweiter Körper gelöst hatte, öffnete ich sofort die Augen und schwebte zur großen Lampe aus geblasenem Milchglas. Ich erkannte, daß sie von einem tapetenähnlichen Muster überlagert war. Obwohl ich die Lampe genau sah, gelang es mir nicht, das Blumenmuster mit meinem Willen zu eliminieren. Es schwebte wie ein Lichtbild vor der großen weißen Glaskugel.

Das dürfte ein Beispiel für eine Frequenzvermischung sein, das deutlich macht, daß sich im mentalen Bereich die verschiedenen Schwingungsstufen und Bilderwelten durchdringen. Ich brachte es auch weiterhin nicht fertig, eine Trennung beider Frequenzen zu erzielen.

Danach überblickte ich die Möbelstücke im Raum und merkte, daß die Helligkeit mit der übereinstimmt, die ich vor der Projektion gesehen hatte. Auf diese Wahrnehmung hin schwebte ich zum Fenster. Ich nahm den Leinenvorhang zwischen Daumen und Zeigefinger der mentalen Hand und rieb das Gewebe, das sich völlig materiell anfühlte, gegeneinander. Das Geräusch war sehr gut zu hören und entsprach genau der Wirklichkeit (ich simulierte auch im physischen Körper die Handlungen des Mentalkörpers nach, besonders was Geräusche sowie das Tasten anbelangte).

Daraufhin wandte ich mich der Schreibtischplatte zu und kratzte mit dem mentalen Fingernagel auf dem Holz herum. Auch hier hörte ich das Geräusch überzeugend natürlich. Nun ging ich mit dem Ohr ganz nahe an die Platte und kratzte wieder. Das Geräusch war jetzt sehr laut, und ich merkte einen Druck im Ohr. Langsam schwebte ich wieder zu meinem Körper und kehrte ein.

Anmerkung: Diese Exkursion galt hauptsächlich der mentalen Gehörschulung. Ich fühlte eine innere Weisung, immer neue Sinne einzusetzen. Woher dieser Drang kam, weiß ich nicht. Seltsam ist auch, daß man nach kurzer Zeit des Handelns im Mentalkörper das unumgängliche Bedürfnis hat, in den Körper zurückzukehren. Während des mentalen Wanderns hat man keine Sekunde das Gefühl, daß irgend etwas unnatürlich sei.

2. April 1966

Ich lag am Nachmittag auf der Couch, um etwas auszuruhen. Dabei geriet ich durch die Mattigkeit in eine tiefe Trance, bei der aber das Bewußtsein völlig klar war. Ich nahm mir vor, diesen Zustand auszunützen und befragte die "Allmacht" nach dem Weg, den ich in Zukunft beschreiten sollte. Daraufhin öffneten sich einige grau wallende Schleier vor einer tiefen Schwärze, und ich sah in einer Lichtvision eine Antwort auf meine Frage. Ich zweifelte an der Echtheit der Vision; sogleich erschien das gleiche Bild noch einmal. Es bewegte sich vertikal von oben nach unten. Die Antwort, die symbolisch gegeben wurde, bezog sich sinngemäß auf die Auflösung vergänglicher Diesseitsgelüste.

22. April 1966

Ich ruhte auf der linken Seite. Nach der Herauslösung des Mentalkörpers richtete ich mich sofort auf, wobei ich wieder eine Pendelerscheinung meines Oberkörpers bemerkte. Ich blieb auf dem Rand des Sofas sitzen. Es war dunkel im Zimmer.

Wieder fühlte ich das Bedürfnis zu tasten. Mit der linken Hand näherte ich mich vorsichtig der großen dunklen Fläche des Perserteppichs, der an der Wand neben dem Sofa hing. Nun berührte ich ihn und rieb und kraulte mit den mentalen Fingern in der Wolle. Ich freute mich, daß zwischen dem materiell und geistig gefühlten Teppich überhaupt kein Unterschied zu bemerken war. Auch mit den einzelnen Fäden der Borte am unteren Rand des Teppichs spielte ich und zog daran. Immer wieder trennte ich diese Fäden zwischen

den Fingern, wie ich es auch oft im physischen Körper getan hatte, um sie etwas zu ordnen.

Nach diesem überzeugenden Tasterlebnis glitt ich zum Fenster und sah in den Garten. Plötzlich merkte ich, wie sich die mentalen Frequenzen wieder zu vermischen begannen. Im Garten tauchte langsam das Bild eines Hauses auf, das in Wirklichkeit nicht vorhanden war. Mir gelang es, da ich den Fehler sofort erkannte, durch konzentriertes Hinsehen und dem inneren Wunsche, die Vision wieder aufzulösen, das Haus zu eliminieren.

Als ich mich wieder ins Zimmer gewandt hatte, sah ich, wie ein Lichtschein über die Zimmerdecke wanderte, der die Form des Fensterkreuzes hatte. Ich erkannte, daß draußen ein Auto vorbeigefahren war. Die Autostraße führte hinter dem Garten vorbei. Jetzt setzte ich mich auf den Rand der Couch neben dem Tisch. Ich erinnerte mich langsam, daß einige Bücher darauf liegen müssen, tastete nach einem kleinen Bändchen in Lederfassung, fand es im Dunkeln, glitt mit den Fingerspitzen darüber, blätterte darin und trennte die einzelnen Seiten voneinander. Daraufhin legte ich es wieder zu den anderen Büchern, ging noch einmal im Geiste die Reihenfolge des Erlebten durch und sank dann langsam in die Physis zurück. Wie immer machte ich mir Notizen.

Anmerkung:

Unter anderem ist bei dieser Exkursion interessant, daß das Vorbeifahren eines Autos automatisch in die Mentalsphäre transportiert wurde, denn ich konnte ja nicht wissen, daß gerade in diesem Augenblick ein Auto vorbeifahren würde.

18. Mai 1966 - 5 Uhr.

In dieser fortgeschrittenen Jahreszeit ist es bei klarem Wetter bereits hell im Raum. Hier beschreibe ich eine Projektion bei vollem Tageslicht.

Nach der Resonanz löste sich mein Mentalkörper vollkommen sanft aus der physischen Hülle. Sofort richtete ich mich mit dem Oberkörper auf und erkannte zu meiner großen Freude, daß es im Raum genauso hell war, wie ich es zuvor im physischen Körper gesehen hatte.

Ich merkte diesmal ein völlig neues Bedürfnis, nämlich richtig zu laufen, wie wir es im Normalzustand gewöhnt sind. Bei allen vorhergehenden Exkursionen bin ich instinktiv geschwebt; entweder auf halber Höhe des Zimmers oder dicht über dem Boden. Um vom Sofa auf den Fußboden zu gelangen, mußte ich erst einen Sessel beiseite schieben, was mir recht umständlich gelang. Mit dem Geistkörper stand ich jetzt schwankend auf dem Teppich und begann einen Fuß vor den anderen zu setzen ganz nach irdischer Technik. Hierbei hatte ich aber die größten Schwierigkeiten. Nachdem ich das halbe Zimmer unbeholfen abgescritten hatte, kam es mir vor, als falle der Fußboden schräg nach unten ab. Sofort merkte ich aber, daß ich in Wirklichkeit in der "Luft" weiter lief; deshalb diese falsche Empfindung. Es fiel dem Geistkörper während des Laufens sehr schwer, den Boden unter den Füßen zu behalten. Bei der geringsten Unachtsamkeit begann er zu schweben.

Mit Mühe hatte ich mich schließlich zum Fenster bewegt und schaute hinaus. Zum erstenmal sah ich die Landschaft vor dem Haus bei vollem Tageslicht. Mit einem Blick erfaßte ich die Raumverhältnisse und die bekannten Formen der Landschaft. Es war alles da: die Strauchgruppe entlang des Baches; der vorgelagerte Garten mit dem Zaun; hinter der Wiese die Autostraße. Zur Linken des Gesichtsfeldes stand die große Fichte am Bach. Ich erkannte, daß die geistigen Farben leuchtender waren als die der natürlichen Landschaft, wenn sie auch hier auf der ins Geistige transponierten "Erdgegend" bei weitem nicht so leuchtend waren wie etwa in der Exkursion in eine sehr hohe "Astralebene", in der wir eine Frau beim Tischdecken beobachten konnten.

Die Farbabstufungen der bekannten Gegend vor meinem Fenster waren mehr getrennt, als dies in Wirklichkeit der Fall war. Zuweilen meinte ich eine gewisse Symbolisierung der Formen wahrzunehmen, die sich aber mit Worten schlecht erklären läßt. Alles war leuchtend und klar. Nirgends erkannte ich Atmosphäre, Reflexe, Dunst oder Nebel. Die

Dinge schienen von innen heraus zu leuchten; also kein Beleuchten der mentalen Erscheinungen, sondern ein Erleuchten. Man sah eben, daß alles nicht aus Materie bestand - , was wir darunter verstehen.

Es war wie ein Wunder - ich sah aus dem Fenster in ein großartiges geistiges Panorama. Ich war ungewöhnlich wach. Nun durchmusterte ich prüfend die hohe Fichte am Bach; ich erkannte an den Zapfen, die unter dem Gipfel hingen, mehr Farben, als dies in Wirklichkeit der Fall sein konnte; zum Beispiel sah ich auch glänzend purpurrote Zapfen, wie man sie in der Natur beobachten kann, wenn sie noch jung sind. (Fichten blühen alle drei bis fünf Jahre und zeigen ihre jungen Zapfen in glänzendem Purpurrot, das sich später von den Schuppenspitzen ausgehend in ein klares Grasgrün verwandelt.) Nun sah ich auf dieser "geistigen" Fichte aber nicht nur die roten, sondern auch die grünen und braunen Zapfen hängen; außerdem erkannte ich an den sonst dunkelgrünen Zweigen kleine, hellgrüne Triebe, wie sie alljährlich das Baumwachstum kennzeichnen.

Bezeichnend war auch bei dieser Beobachtung, daß die Erscheinungen ihre Schönheit und Leuchtkraft noch steigerten, wenn man sich darauf konzentrierte und gespannt hinsah. An der Fichte konnte ich also verschiedene Wachstums - und Fruchtzustände zu gleicher Zeit beobachten, wo hingegen in der Natur diese zeitlichen Entwicklungsphasen in ein "Vorher" und ein "Nachher" getrennt sind.

Auch an den Sträuchern bemerkte ich ähnliche, in einem ständigen "Jetzt" seiende Formen, bei denen uns eher ihre "Idee" entgegentritt, aber nicht mehr der zeitliche Zustand.

Durch den Gesamteindruck der Landschaft wurde mir erneut bewußt, daß man bei Mentalprojektionen im Zimmer und auch auf anderen Gebieten der Erde nicht die materiellen Dinge in ihrer Substanz sieht, sondern ein in geistiges Licht transponiertes Duplikat vor sich hat, das von der Wirklichkeit ideell entlehnt ist. Bei diesem noch undefinierbaren Vorgang werden die Dinge koloristisch und formal symbolisiert, manchmal verändert, und sie sind auch "zeitlich" nicht einzuordnen. Dem Zweiten Körper erscheinen die gesehenen Szenen materiell und fest und werden ihm so zu einer geistigen Wirklichkeit. Dieses Duplikat eines irdischen Zimmers oder einer Erdgegend unterliegt bereits allen besonderen Gesetzen der Astralsphäre".

Nach dieser Wahrnehmung wandte ich mich wieder ins Zimmer und richtete meine Aufmerksamkeit der Schreibmaschine zu. Ich drückte mit meinem rechten Zeigefinger nacheinander vier Tasten nach unten und beobachtete die Bewegung der Typenhebel. Darauf fiel mir ein, daß, wenn ich mich zum Fenster hinauslehnte, ich die zwei Häuser ganz links des Gesichtsfeldes sehen müßte. Ich bog also meinen mentalen Oberkörper hinaus und sah die Häuser am richtigen Ort; kurz darauf trat wieder diese fernglasähnliche Wirkung des geistigen Sehens ein, und ich konnte die Häuser und ihre Details - Dachziegel, Fensterrahmen, Mauerputz und anderes viel näher erkennen. Noch einmal überblickte ich diese ins "Ideelle" übertragene Gegend und nahm das ungewohnte und neuartige Raumgefühl in mich auf.

Danach lief ich wieder zurück, stieg sehr steif und unbeholfen auf die Couch und dachte nach, ob ich noch etwas tun sollte. Nun wurde ich aber sehr matt und sank wie in Zeitlupe in den Körper zurück.

Negativ: Die Schreibmaschine sah ich im Mental auf dem Tisch - in Wirklichkeit stand sie auf dem Schreibtisch, der aber in einer Ecke knapp daneben stand. Da ich sie beim Schreiben auch oft auf den Tisch stellte, wußte der Zweite Körper nicht mehr genau, wo sie tatsächlich stand.

Noch zu bemerken wäre: Wenn der Mental aus dem Fenster sehen will, so empfindet er das Fenster als offen, auch wenn es geschlossen ist. Mit der gleichen Selbstverständlichkeit kann er auch durch Mauern dringen, wenn er es wirklich will. Das alles sind aber schon die spezifischen Normen der Astralebenen - Ordnungen einer transzendenten Welt.

5. Juni 1966

Es war am Nachmittag um 17.30 Uhr. Ich hatte im Garten gearbeitet und mich erschöpft auf die Couch gelegt, um etwas auszuruhen. Auf dem Bauch liegend sank ich durch die Mattigkeit von allein in einen Zustand tiefer Entspannung. Ohne meinen Willen erfaßte mich der Sog.

Plötzlich ergriff ein wildes Vibrieren meinen Mentalkörper, der noch dicht an der Physis weilte. Ein wilder Sturm jagte über mich hinweg, und ich ahnte eine Katastrophe. Ich krallte mich mit den mentalen Händen ins Sofa, um nicht mitgerissen zu werden. Es wurde dunkel um mich, und die Gewalt des Sturmes nahm mit tosendem Brausen zu. Der ungeheure Druck schien mich in eine hoffnungslose Finsternis mitzureißen.

wieder bat ich den Vater, er möge mich aus der Vernichtung befreien. Daraufhin ließen die Phänomene langsam nach. Es dauerte jetzt noch außergewöhnlich lange, in meinen physischen Körper zu gelangen. Immer wieder mußte ich mich auf die Physis, die ich unter mir wußte, konzentrieren. Mit meinem Willen versuchte ich, mich hineinzudrücken. Aber auch das Bewußtsein wollte sich im physischen Körper nicht mehr einbauen. Ich ergab mich dem Geschehen, und erst nach einer längeren Zeit passiver Haltung merkte ich, wie mein Bewußtsein im Wachzustand langsam heraufdämmerte.

Den Grund dieser seelischen Gefahr merkte ich sofort. Meine Frau kam zur Tür herein und sagte: "Hol' schnell die Gartenstühle und Kindersachen herein - ein Gewitter kommt!" Ich ging hinaus und sah eine vom Sturm gepeitschte Wolkenwand auf unsere Gegend zukommen. Blitze begannen zu zucken, und der Sturm beugte Bäume und Sträucher. Ich war also in die elektrisch schwangere Luft eines Gewitters geraten.

Hier stand ich wieder vor undurchsichtigen Problemen. Sollte diese grobe, physische Energie eine so krasse Wirkung auf den Energiekörper ausüben? Auf jeden Fall erkannte ich wieder die Komplikationen, die auftreten, wenn eine Herauslösung des Mentalkörpers nicht bewußt und richtig vorbereitet wird.

Eine wichtige Hellsehvision

Hier möchte ich eine wichtige Erfahrung zum Begriff "Hellsehen" beifügen, die das Schwimmen der Grenzen deutlich macht, das bei der außersinnlichen Wahrnehmung immer wieder zu bemerken ist. Ich lag entspannt im Bett und hatte eine normale Hellsehvision, die in zwei Dimensionen, also als flaches Bild erschienen war. In einem Park sah ich eine hübsche kleine Fichte mit schönen Farben und dichtem Nadelkleid; das Bild war strahlend hell. Durch konzentriertes Hinsehen spürte ich aber jetzt, wie ich in einem leichten Sog zu dieser Fichte schwebte. Sofort befand ich mich mitten in der Szene, also in der räumlich empfundenen, dritten Dimension. Jetzt konnte ich um die Fichte herumlaufen und mit den Fingerspitzen die scharfen Zweige und Nadeln betasten, die sich richtig materiell anfühlten.

Das ist ein klares Beispiel dafür, daß eine zweidimensionale Hellsehvision durch einen Sog in eine dreidimensionale Mentalprojektion übergehen kann. Ich bin überzeugt, daß es keine feste Grenze zwischen den heute oft noch als getrennt betrachteten Phänomenen gibt. Beim Hellsehen wurde nur die "Sonde" ausgesandt, während sich durch den später einsetzenden Sog das Bewußtsein in Einkleidung und Form des Mentalkörpers an den Ort des Geschehens begab.

15. September 1966

Nach längerer Entspannung begann sich der untere Teil meines Körpers energetisch zu lösen, worauf ich die Beine des Zweiten Körpers herausbewegen konnte. Danach machte ich verschiedene Strampelübungen, bewegte die Beine nach oben und unten, nach links und nach rechts und freute mich, wie nur der Geistkörper auf meinen Willen reagierte.

Daraufhin verschmolz ich die mentalen Beine wieder mit den physischen.

Es gäbe aus diesen Jahren noch manche Bewegungsstudien zu berichten. Ich konnte meinen Körper auch seitlich und rückwärts verlassen. Ich meditierte außerhalb der Physis über meine mentalen Hände, besah mir die Haut genau, verfolgte die Adern, die zu den

Fingern laufen und sah ihre leicht bläuliche Färbung, wobei mir aber die Härchen auf den Händen und Armen nicht bewußt wurden. Ich spürte auch die Härte der Fingernägel und sah ihren leichten Glanz. Man sieht, wie genau der gewohnte Körper im geistigen Bereich nachgebildet ist.

Die bisherigen Beispiele dürften schon einen guten Eindruck von dem vermittelt haben, was unter "Exkursionen im Zimmer" zu verstehen ist. Zwischendurch traten auch immer wieder Hellhörvisionen auf, von denen ich jetzt einiges mitteilen möchte.

SPONTANE HELLHÖRVISIONEN

Hellhörphasen hatte ich öfters und bemerkte bald, daß sie in ihrer Flüchtigkeit sehr den einfachen Hellsehvisionen ähnelten, die ebenfalls meistens spontan auftraten. In einem Zustand tiefer Versenkung hörte ich manchmal sehr deutlich. Stimmen, Musik, Gesänge; auch Störgeräusche wie aus einem Radiogerät (die Phänomene traten meistens um 4 Uhr früh auf, und ich wußte genau, daß niemand in unserem Haus Radio spielte).

Dazwischen traten immer wieder kürzere oder längere Pausen auf. Manchmal kommt es vor, daß man die Stimmen zwar hört, aber trotzdem das Gesagte, den Sinn nicht begreift. Die Stimmen sind seltsam verfremdet, oft verzerrt; die Pausen zwischen den Worten sind oft völlig unmotiviert. Manchmal brechen die Stimmen plötzlich ab, um sich nach sinnloser Pause in gesteigerter Lautstärke wieder fortzusetzen. Dies gilt auch für Musik oder Gesang. Es gibt keinen schwingenden Rhythmus. Alles ist monoton und konstruiert. Obwohl ich einmal einen ganzen "Schlager" gehört habe, blieb dieser nicht in meinem Gedächtnis; nach wenigen Minuten hatte ich den Text vergessen, der mir seltsam unlogisch und verwirrt vorkam. Manchmal hörte ich einen Sänger sehr deutlich singen. Plötzlich wurde er immer langsamer, die Worte gedehnter, als ob er müde sei. Dann folgten nur noch einzelne, unmotivierte Wortfetzen, als wisse er nicht mehr, was er eigentlich singen wollte - darauf verebbte der Gesang völlig.

Ich hatte immer den Eindruck, als sei der mentale Raum zur Übermittlung von "Schall" in unserem Sinne nicht geeignet. Es gibt wahrscheinlich kein Medium im Geistraum, das die Töne zum Schwingen bringt. Es ließe sich endlos darüber grübeln, wie diese Schallformen entstehen und wo sie herkommen. Sollten sie aber aus den astralen Ebenen stammen, so glaube ich, daß sie nicht synchron sind, sondern zu beliebiger Zeit gesendet sein können. Es ist möglich, daß die Qualität des Empfangs dieser seltsamen Signale fremder Bereiche auch vom Empfänger und seiner bewußten oder unterbewußten Fähigkeit abhängt, sich seelisch in diese Frequenzen einzustimmen.

Ich vermute, hier treten uns die gleichen Stimmenphänomene entgegen, wie sie von dem schwedischen Forscher Friedrich Jürgenson sowie dem kürzlich verstorbenen Schriftsteller Dr. Konstantin Raudive auf Tonband aufgefangen wurden. Der Unterschied besteht dann lediglich darin, daß ich diese Stimmen auf "mediale" Art wahrnehmen konnte, während die Stimmenforscher dazu technische Aufnahmegeräte verwenden. Ich glaube, daß die mediale Wahrnehmung viel seltener auftritt, so daß die Aufzeichnung auf Tonband auf weitere Sicht größere Vorteile bieten wird.

Ich möchte es aber nicht versäumen, darauf hinzuweisen, daß sich die von mir beschriebenen Hellhörphänomene auch induzieren lassen. Man nehme ein Xylophon und setze sich am Abend vor dem Schlafengehen mindestens zehn Minuten still hin. Dann schlage man nacheinander beliebige Töne an. Es kommt jetzt darauf an, sich mit dem Gehör stark auf diese Klänge zu konzentrieren, in denen sich ein hohes und reines "Seinselement" der Seele offenbart.

Wenn Sie den Eindruck haben, daß sich die Töne genügend in Ihr Inneres gesenkt haben, gehen Sie schlafen.

Nach einigen Tagen dieser Übung (die Klangstudien sollten im Halbdunkel durchgeführt werden) können Sie manchmal vor dem Einschlafen oder nach dem Aufwachen diese Hellhörvisionen haben. Ich sehe hier eine Parallele zu den Prismenexperimenten, durch die ich meine ersten Hellsehvisionen induzierte. Farbe und Klang sind hervorragende

Vermittler zwischen Geist (wenn man unter Geist" die schöpferische Gedankenwelt des Menschen versteht) und Seele (wenn man in ihr die transzendente, unsterbliche Wesenheit sieht). Man sollte aber beachten, daß bezüglich der Stimmenphänomene laute Musik, Lärm, ja selbst angenehme Melodien keinerlei Wirkung hervorbringen. Die einzelnen Klänge des Xylophons müssen aus der völligen Stille heraus ertönen. Je tiefer die Stille vor dem Versuch, desto intensiver ist die Resonanz in der Seele beim Anschlagen der Töne. Aus der Stille heraus wird der Ton zur Offenbarung; aus der Schwärze heraus wird die Farbe zum Wunder.

Ich habe mich in den letzten Jahren mit diesen Dingen nicht mehr beschäftigt. Es wäre aber noch zu erforschen, ob eine rhythmische oder arhythmische Folge der Klänge die besseren Ergebnisse bringt. Außerdem müßte ermittelt werden, ob diese subjektiven Klangübungen positive Ergebnisse beim Jürgensonschen Tonbandverfahren zeitigen und somit als Kontakt - Erreger für die technische Aufzeichnung der Stimmenphänomene dienen könnten.

Eine Unsichtbarmachung

1969 - Spätsommer

Wer bisher glaubte, außersinnliche Erfahrungen seien nur rein subjektiv und es gäbe keine wirkliche Beziehung zur physischen Welt, der möge folgenden Bericht über eine totale Unsichtbarmachung beachten, der zeigt, wie tief das geistig - seelische Geschehen im Menschen in die Materie hereinwirken kann.

Zur Mittagszeit hatte ich immer die Gewohnheit, ein bißchen spazierenzugehen. Dabei ging ich oft über den Bahnhofplatz, dann durch den Park und einen anderen 'Weg zurück zum Betrieb. So war es auch diesmal. Nachdem ich etwas gegessen hatte, ging ich langsam und mit gesammelten Gedanken auf dem schönen Alleeweg in Richtung Bahnhofplatz in K. Ich war froh, daß niemand bei mir war und ich ungestört meinen Gedanken nachhängen konnte. Als ich am Anfang des Bahnhofplatzes angekommen war, sah ich zu meinem Bedauern einen Arbeitskollegen auf dem Gehsteig auf mich zukommen. Ich wußte, daß er sich mir sofort anschließen würde, um dann im stillen Park ununterbrochen auf mich einzureden - Dinge, für die ich mich nicht interessiere. Er war noch etwa 20 Meter von mir entfernt.

Ich schickte mich in das scheinbar Unvermeidliche und ging mit einem seltsamen Gefühl im Magen (genauer gesagt, in der Gegend des Sonnengeflechts) in Richtung Gehsteig. An dessen Rand stand ein Baum, der mir meinen Arbeitskollegen eine Sekunde lang verdecken mußte, wenn ich vom Platz auf den Fußweg wollte. Kurz bevor ich den Baum erreichte, lächelten wir uns entgegen (meine Kollege war noch sieben Meter vom Baum entfernt). Die Sekunde hinter dem Baum, in der ich meinen Fuß auf den Gehsteig setzte, wollte ich gerade meine Hand ausstrecken, um ihn zu begrüßen. Fast im gleichen Moment stellte ich überrascht fest, daß von ihm, der gerade auf mich zugekommen war, keine Spur mehr zu sehen war.

Da ich den ganzen Bahnhofplatz und den Gehsteig übersehen konnte und es keine Möglichkeit zum Verstecken gab, kreiste ich sofort um den Baum herum, ohne meinen Kollegen aber zu entdecken. Wenn er zufällig auf der anderen Seite des Baumes vorbeigegangen wäre, hätte er in einer Sekunde einen Satz von fast sieben Metern machen müssen. Diese Vermutung traf also nicht zu. Langsam und erstaunt ging ich weiter, mich dauernd im Kreis herumdrehend, aber er blieb verschwunden.

Es waren zu dieser Mittagszeit keine Menschen in der Nähe, nur auf der anderen Seite des Platzes standen drei Personen am Eingang des Bahnhofsgebäudes. Dieses war ca. 40 Meter vom Gehsteig entfernt, so daß der Mann einen riesigen Sprung in einer Sekunde hätte vollbringen müssen, wenn er ins Bahnhofsgebäude verschwunden wäre, während ich hinter dem Baum war. Ich konnte mir nicht erklären, was geschehen war. Mich immer wieder umwendend ging ich die 50 Meter auf dem Gehsteig zum Parkeingang. Von dort

aus übersah ich noch einmal die ganze Szene und ging, doch recht befriedigt über sein plötzliches Verschwinden, meinen gewohnten Rundgang durch den Park.

Als ich im Betrieb ankam, war mein Kollege schon dort; er kam sofort auf mich zu und fragte, wo ich gewesen sei. (Ich stellte meine Frage fast zur gleichen Zeit.) Und dann erzählte er mir seine Erfahrung: Er sah mich am Eingang des Bahnhofsplatzes auf sich zukommen. Dann ging er auf dem Gehsteig weiter und lächelte mir zu - kurz bevor ich eine Sekunde hinter dem Baum verschwand. Dann sei ich zu seiner großen Überraschung nicht mehr dahinter vorgekommen. Er ging auf der Mitte des Gehsteiges weiter zum Baum in dem Glauben, ich stecke dahinter. Sofort umkreiste er ihn und schaute überall umher - sich öfter herumdrehend. Ich war jedoch nirgends mehr aufzufinden. Er ging nun vom Gehsteig herunter auf den Bahnhofsplatz, etwa auf die Stelle, von der aus ich ihn zum ersten Mal gesehen hatte, blickte laufend das gesamte Gebiet ab und sah mich dann plötzlich kurz von hinten, wie ich, die Hände hinter dem Rücken verschränkt, in den Park schlenderte.

Am nächsten Tag gingen wir noch einmal an den Ort des Geschehens und rekonstruierten gründlich das Erlebnis. Wir überzeugten uns, daß wir beide den Gehsteig nicht verlassen hatten und uns unbedingt hätten treffen müssen. Wir erkannten, daß wir uns auf dem schmalen Gehsteig gegenseitig durchdrungen hatten, da wir beide in der Mitte liefen und nach allen Seiten umherschauten. Erstaunlich aber war, daß sich jeder materiell anwesend fühlte, also keine Veränderung während des Verschwindens feststellen konnte.

Was könnte geschehen sein? Vielleicht waren wir entmaterialisiert; dies wäre doch nur durch eine totale Schwingungsänderung der Materie möglich gewesen. Mein Wunsch, meinem Arbeitskollegen nicht zu begegnen, könnte zuerst einen psychischen und darauf einen physischen Interferenzvorgang ausgelöst haben, der das gesamte Molekülgerüst zum Einsturz und Verschwinden brachte. Oder wurden wir in Bereiche der Antimaterie versetzt?

Oberflächlich betrachtet könnte man auch meinen, das Verschwinden sei von uns nur halluziniert worden. Diese Meinung wird aber dadurch widerlegt, daß wir uns mit unseren physischen Körpern durchdrungen haben, also doch völlige Auflösung der Materie unserer körperlichen Substanz bei nachfolgender Rematerialisation.

Im Grunde handelte es sich hier um eine Art der Psychokinese, die den Parapsychologen unter den verschiedensten Erscheinungsformen bekannt ist. Solange die Physiker keine Erklärung für die Möglichkeit einer Unsichtbarmachung geben können, wird man weiterhin auf Vermutungen angewiesen sein. Aber man kann sicher sein, daß sich eine dermaßen gründliche Auflösung der Materie nur vom atomaren Bereich her ergeben kann. Eines macht dieses Erlebnis deutlich: Die für uns so feste und harte Materie kann durch innermenschliche Kräfte aufgelöst und wieder zusammengefügt werden.

Unsere "materielle Welt" ist nur eine Frequenz in einem Spektrum vieler anderer Seinsebenen. Wahrscheinlich können wir uns immer mehr mit der Vorstellung vertraut machen, daß die Dinge und Erscheinungen kristallisierte Gedanken eines höchsten Weltbewußtseins sind und die Atome der Materie unter außergewöhnlichen Bedingungen unseren Emotionen unterliegen. Die Vermutung liegt nahe, daß wir den "Stoff" unserer Welt in letzter Konsequenz durch die gleiche "Gedankenbildekraft" beeinflussen können, die auch in der geistigen Welt wirksam ist. Nur ist ihre Funktion in unserer jetzigen Wirklichkeit durch noch nicht zu definierende Faktoren stark gebremst. Es dürften das durch die Jahrtausende gewachsene Bewußtsein sein sowie die völlige Integrierung des Menschen in unsere "materielle Frequenz", die uns glauben machen, alles sei unabänderlich materialisiert und fest. Durch die Psychokinese, die in der ASW ab und zu auf tritt, wird das im Menschen verankerte, uralte Naturbewußtsein von der Festigkeit der Materie ebenso durchbrochen und erweitert, wie dies auch durch die anderen außersinnlichen Phänomene geschieht.

Projektionen ins Zimmer lassen stets neue Facetten des geistigen Sehens erkennen, durch die unser Wissen vertieft und bis in spezifische Feinheiten hinein vorgetragen wird.
November 1971

Nachdem sich mein Mentalkörper gelöst hatte, taumelte ich diagonal durchs Zimmer, glitt an der Raumecke zur Decke empor, stieß dort mit dem Kopf an - - ohne einen Schmerz zu fühlen - und sank dann sehr langsam zum Fußboden hinab.

Es ist durchaus möglich, daß dieses federleichte Fallen auf eine Einwirkung der irdischen Schwerkraft zurückzuführen ist. Man könnte durch die Geschwindigkeit dieses Absinkens des Zweiten Körpers vielleicht auf dessen dem Schwerfeld unterliegende Masse schließen und sein Substanzgewicht errechnen, vorausgesetzt, daß er tatsächlich "feinstofflich" sein sollte, was aber noch nicht erwiesen ist.

Doch weiter in der Exkursion: Ich hatte einige Mühe, den nach dem Aufrichten erneut unruhig taumelnden Energiekörper zu stabilisieren. Nachdem es mir gelungen war, schwebte ich dicht über dem Boden zur Balkontür, durchdrang sie und kam auf dem Balkon zum Stehen.

In der morgendlichen Dämmerung sah ich die Nachbarhäuser im entsprechenden Licht. Ich verweilte hier nur kurz, während ich mich rasch nach allen Seiten umsah. Dann schwebte ich wieder durch die Balkontür - mit leichtem Widerstand - und wandte mich den Blumen am Fensterbrett zu. Ich sah die Umrisse der verschiedenen Blatt- und Blütenpflanzen bei dem spärlichen Licht der Straßenlaternen, das zum Fenster hereinkam, konnte mich aber nicht erinnern, welche Pflanzen an welchem Platz gestanden haben.

Während ich mich auf die vor mir stehende Pflanze konzentrierte, begann das mentale Farbsehen. Schnell wurde das Gewächs heller und begann plötzlich in unbeschreiblich schönen Farben zu leuchten. Ich erkannte zu meiner Freude, daß es das "Fleißige Liesl" ist, das ich besonders gern habe. Ich sah die schönen hellgrünen Blätter mit den feinen Spitzen an den Blattenden. Hier muß ich besonders bemerken, daß man im Geistkörper nie ganz genau weiß, wie eine Pflanze, die doch ein recht kompliziertes Gebilde ist, in Wirklichkeit aussieht. Je vielseitiger eine Form oder ein Gegenstand ist, desto schwerer fällt es einem, sich außerhalb der Physis an das genaue Aussehen zu erinnern. Die geistig gesehene Pflanze wird also fast immer nur den ungefähren Eindruck der Wirklichkeit vermitteln.

Nach den Blättern besah ich mir in aller Ruhe die herrlich leuchtenden und schillernden, purpurrasa Blüten. Die in der Natur schon einmalige Farbe ist hier im geistigen Bereich bis auf ein unbeschreibliches Maß veredelt. Die ganze Pflanze leuchtete jetzt strahlend hell und hatte eine Plastik und Schärfe, die den natürlichen Eindruck noch weit übertraf. (Ich weiß, daß sich das niemand vorstellen kann.) Nun berührte ich die zarten, gelblichgrünen Blätter und sah auch die feinsten Einzelheiten - die Äderchen, die saftigen Stengel u. a. Nach dieser Wahrnehmung wandte ich mich dem Kalender zu, der neben dem Fenster an der Wand hing. Ich betrachtete die Datumzahlen konzentriert, konnte aber nur wenige entziffern; die meisten blieben in einem seltsam verschwommenen Zustand. Einige Zahlen wechselten beim Betrachten in andere über; das könnte eine Folge davon gewesen sein, daß die verschiedenen Blätter übereinanderhingen und ich mit dem geistigen Sehen auch die darunterliegenden erwischte.

Daraufhin tauchte ich wieder in den physischen Leib ein und erlebte eine Überraschung: Als ich mich überzeugen wollte, wie der wirkliche Pflanzenzustand am Fensterbrett aussah, stellte ich verwundert fest, daß ich eine Pflanze betrachtet hatte, die zwar vor zwei Jahren an genau dieser Stelle gestanden hatte, die ich aber jetzt nicht mehr besitze. In Wirklichkeit stand ein Usambara - Veilchen an dieser Stelle.

Anmerkung: Hierbei ist ganz besonders zu beachten, daß durch das fehlende Erinnerungsvermögen - welche Pflanze eigentlich vor dem Mental stand - dieser sich einen Ersatz schuf und das "Fleißige Liesl" dem Bewußtsein aufleuchten ließ, das mir übrigens emotionell näher liegt als das Usambara - Veilchen. In den komplizierten

Strukturen des Sehens im Geistkörper können also vergangene Dinge ins Bewußtsein treten und dadurch sichtbar werden. Bei einer späteren Projektion bemerkte ich, daß sogar Erscheinungen oder Objekte, die sich erst in Zukunft gestalten, bereits gesehen wurden, wie zum Beispiel das Wachsen eines Baumes vor unserem Haus. Die Parapsychologie nennt das Voraussehen von Ereignissen: Präkognition.

Kürzere Mentalbewegungen

Mentalbewegungen von kurzer Dauer traten häufig auf und erbrachten zuweilen überzeugende Fakten für die Existenz des Zweiten Körpers.

Einige Beispiele:

1. März 1971 - Morgen

Mit geschlossenen Augen verließ ich die Physis und schwebte sehr sanft eine längere Strecke nach oben. Dann sank ich wieder zurück und hörte deutlich den Straßenlärm; fahrende Autos - das Dröhnen der Webmaschinen einer entfernten Weberei. Dann tauchte ich wieder ein, ohne die Augen geöffnet zu haben.

Anmerkung:

Die Geräusche der Straße und vor allem der Weberei sind nur von einem Standpunkt außerhalb des Hauses so laut und deutlich zu hören. Vom Bett aus, bei geschlossenen Fenstern, kann ich die Geräusche nicht vernehmen. Die Weberei ist etwa einen Kilometer entfernt.

März 1971

Nach der Resonanzphase setzte ich mich wie im Zeitlupentempo auf, blieb auf dem Rand des Bettes sitzen und senkte meine Füße vorsichtig auf den Fußboden. Beim Berühren des Bodens erschrak ich und zog die Füße schnell wieder zurück. Der Fußboden hatte sich nämlich kalt angefühlt. Ich blickte zur Balkontür und erkannte, daß sie ein wenig offen stand, so daß also kalte Luft über den Fußboden gestrichen war. Daraufhin senkte ich die Füße erneut und fühlte wieder die kühle Bodentemperatur an meinen "Geistfüßen".

Nur schwaches Licht kam durch die Glastür ins Zimmer und warf einen leichten Schein gegen die Raumdecke. Obwohl ich mich erinnerte, daß ich die Jalousien heruntergelassen hatte, konnte ich diesmal durch das Fenster und sogar durch die Wand hindurch das Nachbarhaus erkennen. Das war das erste Mal, daß ich durch eine Wand sehen konnte.

Nun hob ich sehr langsam meine Arme gegen den leichten Schein an der Decke und sah die Hände in einem seltsam durchsichtigen und schleierhaften Zustand von grauer Färbung. Ich machte nun mit den Fingern einige 'Übungen, spreizte sie auseinander und wieder zusammen; daraufhin sank ich in den Körper zurück.

Anmerkung:

Das Bedeutsame war, daß der Zweite Körper ganz selbständig die kalte Bodentemperatur empfunden hatte, ja sogar erschrak, als die Füße in Kontakt mit dem Parkett kamen. Ein beachtliches Argument.

Manchmal treten in kurzen spontanen Trennungen nur einzelne Körperteile aus und führen zu seltsamen Empfindungen, wie zum Beispiel das Herauslösen der Hände oder der Füße. Folgende Erfahrung aber dürfen auch andere Personen, die sich nicht mit Mentalprojektion beschäftigen, schon gemacht haben, denn sie tritt oft kurz vor dem Einschlafen auf und ist ein untrügliches Zeichen für eine erste Herauslösung des Zweiten Körpers. Wer also dieses Erlebnis einmal hat, braucht in keiner Weise zu erschrecken:

Ich lag im Bett auf der rechten Seite in entspanntem Zustand. Plötzlich hörte ich meinen Atem etwa 20 Zentimeter hinter mir. In diesem Fall war mein Mentalkörper um die genannte Strecke nach vorn ausgetreten - der Atem, den ich hörte, kam vom physischen Leib, das Bewußtsein und Hörvermögen waren im Geistkörper.

Den gleichen Vorgang in umgekehrter Weise erlebte ich beim Ruhen auf einem Liegestuhl. Hier hörte ich auf einmal meinen Atem vor mir. Der Mentalkörper war also

nach hinten ausgetreten; der atmende Teil von mir war wieder die Physis. In solchen kleinen Erlebnissen steckt oft - zumindest für den, der sie erfährt - große Beweiskraft. Eine weitere Zimmerexkursion, die verschiedene Probleme des geistigen Sehens und Tastens sowie ein breites Spektrum anderer Erfahrungen sichtbar werden läßt.

12. März 1972 - 5 Uhr

Nach einer Vorbereitung von mehreren Stunden verließ ich die Physis. Die Augen hielt ich geschlossen, während ich mich mit der gewohnten Geschwindigkeit im Sog bewegte. Ich wollte unbedingt im Zimmer bleiben und öffnete deshalb vorsichtig die Augen. Dabei machte ich eine Feststellung, die mich sehr überraschte. Ich schwebte ganz langsam in waagrechter Rückenlage und mit dem Kopf zuerst in Richtung Balkontür. Während dieses langsamen Treibens hatte ich aber das normale "Soggefühl", nämlich das einer erheblichen Geschwindigkeit. Konzentriert versuchte ich, mir dieses unmögliche Doppelgefühl klarzumachen, kam aber auf keinen Nenner. Es war so seltsam wie mit dem Doppelbewußtsein, das ich schon beschrieben habe. Auf jeden Fall erkannte ich, daß die gefühlte Geschwindigkeit nicht die tatsächliche sein muß, sondern daß sie sich relativ zum Bewußtsein verhalten kann.

An der Balkontür angekommen, richtete ich mich auf und schwebte senkrecht zurück zum Tisch. Ich erinnerte mich, daß dort meine schwere, abstrakte Bronzeplastik auf einem dunkelvioletten Woldeckchen stehen mußte. Die polierte Plastik hat viele konvexe und konkave Flächen. Ich sah sie auf dem Tisch stehen und glitt mit meinen mentalen Fingern über die vielfältigen Wölbungen, wobei ich die Glätte deutlich spürte - alles hart und "materiell".

Leider sah ich aber jetzt, daß ein optisches Gerät ebenfalls auf dem Tisch stand. (Dieses Gerät besteht im wesentlichen aus einem Dispersionsprisma, kombiniert mit einem speziellen Farbfilter und ist mit einer verstellbaren Stativeinrichtung versehen. Ich habe es selbst gebaut und kann mit ihm die Farbwirkung und das Tastvermögen, wie es der Mentalkörper in hohen geistigen Frequenzen erfährt, sehr genau simulieren. Auf diese Weise kann sich auch ein Außenstehender, der noch nie ein derartiges Erlebnis hatte, eine Vorstellung davon machen, wie sich Dinge, die aus reinen Lichtschwingungen bestehen, trotzdem materiell anfühlen lassen.)

Weiter in der Exkursion: Ich sah also dieses Gerät auf dem Tisch stehen und ärgerte mich über diese "Täuschung", weil ich wußte, daß es in Wirklichkeit hinter meinem Rücken auf dem Schrank stehen mußte. Ich versuchte jetzt, dieses Gerät mit starker Konzentration zu eliminieren, das heißt, wieder aufzulösen, weil es sich an der falschen Stelle manifestiert hatte. Dabei wurde es zwar etwas durchsichtig und schleierhaft, behauptete aber zäh seinen falschen Platz. Nun wandte ich mich um und schwebte zum Schrank; dort sah ich das Gerät an der richtigen Stelle. Diesmal war es natürlich das echte. Befriedigt betrachtete ich es bei dem geringen Licht, das zur Balkontür hereinkam.

Ich hatte jetzt noch nicht das Gefühl, schon in den Körper zurückkehren zu müssen. Weil ich mich recht sicher fühlte, wollte ich noch auf den Balkon hinaus. In senkrechter Lage schwebte ich zur Balkontür und wollte sie diesmal - wie ich es auch sonst schon getan hatte einfach durchdringen. Dabei stieß ich aber an die Tür und kam nicht hindurch. Ich schwebte etwa zwei Meter zurück und versuchte die Tür mit höherer Geschwindigkeit zu durchdringen, blieb aber wieder "hängen". Ich stellte mich direkt vor die Tür und konzentrierte mich auf einen Punkt, der sich schon außerhalb - also auf dem Balkon befand. Jetzt durchdrang ich die Tür mit einem leichten Widerstand und kam draußen zum Stehen.

Die ganze Landschaft lag jetzt in dem düsteren Licht der schwachen Laternenbeleuchtung vor mir. Da waren die Reihenhäuser, Wohnblöcke, Schulgebäude und anderes. Je genauer ich jetzt hinsah, desto heller wurde die Landschaft, aber nur im näheren Umkreis. Dahinter konnte ich die Dinge nicht so klar sehen. Ich merkte deutlich, daß bei dieser

Aufhellung einer nächtlichen Szene die Gedankenbildekraft der maßgebliche Faktor sein mußte. Schließlich war die vordere Landschaft fast taghell zu erkennen.

Jetzt sah ich gespannt auf dieses geistige Panorama und erkannte mannigfaltige Veränderungen. Das Große und Ganze stimmte; aber auf der Wiese vor unserem Haus trugen die erst ganz klein eingesetzten Bäumchen schon Blätter und sahen viel größer aus; etwa dreimal höher als in Wirklichkeit. Der eine Baum, den ich mir genauer ansah, war kräftig, groß und hatte grüne Ahornblätter. Ich wußte auch im Normalzustand nicht, um was für einen Baum es sich handelte, weil er erst ein kleines, dünnes Stämmchen mit blattlosen Zweigen war. Außerdem wären um diese Jahreszeit Blätter ohnehin unmöglich gewesen.

In diesem Sommer aber - fast zwei Jahre nach dem Erlebnis - hatte der Baum fast die Größe, wie ich sie im Mentalkörper vorausgesehen hatte und besaß große, grüne Ahornblätter.

Vom rechten Nachbarhaus zu den dahinter liegenden Gebäuden schien die Entfernung größer, als sie es in Wirklichkeit war. Die perspektivische Wirkung und Anordnung der Reihenhäuser hinter der Straße sah ich in einer ungewohnten Tiefenstaffelung. Die vordere Stadt zur Linken des Gesichtsfeldes ließ mich einige weitere Gebäude identifizieren; die Lage der meisten Bauten war jedoch nicht korrekt, und viele Häuser zeigten seltsame Veränderungen, die ich aber mit meinem Bewußtsein nicht sauber aufnehmen konnte. Zuweilen glaubte ich, Anbauten oder ganz andere Dachkonstruktionen zu sehen. Auch der Standpunkt der Straßenlaternen schien mir eher willkürlich als real. Ich versenkte mich leicht im Geistkörper und brachte mir zu Bewußtsein, daß fast alle Koordinaten dieser mentalen Landschaft nicht stimmten. Nun wollte ich wieder durch die Balkontür zurück ins Zimmer, erinnerte mich aber, welche Schwierigkeiten ich zuerst beim Durchdringen hatte. Jetzt erst kam ich darauf, daß die Türe eigentlich einen Spalt offenstehen mußte, weil ich sie meistens etwas öffne. Während ich mit dem rechten Arm gegen die Tür drückte, fühlte ich in der Hand einen Türdrücker, der aber in Wirklichkeit nicht da war. (Die Tür hat im Original nur einen Halteknopf.) Sie öffnete sich also durch meinen Druck leicht, und ich schwebte zurück zur Couch.

Nun stellte ich mich auf die andere Seite als vorher hinter den Tisch und betrachtete nochmals die Plastik. Daraufhin nahm ich das dunkelviolette Wolldeckchen an einem Eck zwischen die Finger, spielte mit den Randfransen, zog an den einzelnen Fäden und merkte wieder einmal, daß das Tastvermögen die am besten ausgebildete Eigenschaft meines Mentals ist, das man vom natürlichen Tasten in der Physis praktisch nicht unterscheiden kann. Das Sehen im Zweiten Körper ist zwar auch sehr überzeugend, nur treten dabei die Koordinationsfehler sowie Formveränderungen an Dingen und Erscheinungen stärker zutage. Außerdem werden viele Dinge, die man klar sieht, vom Bewußtsein nicht sauber oder überhaupt nicht aufgenommen.

Jetzt wollte ich in die Physis eintauchen, sah aber wieder das falsche optische Gerät auf dem Tisch; diesmal stand es natürlich links der Plastik, weil ich ja jetzt auf der anderen Seite des Tisches stand. Wieder ärgerte ich mich über den "Doppelgänger", beachtete aber dann dieses unterbewußt geschaffene Phantom, das ich nicht auflösen konnte, nicht mehr und tauchte in die Physis ein. Hier gab es kein "Erwachen", sondern die Körperschwere stellte sich langsam ein, und ich spürte Knochen und Muskeln wieder. Das Bewußtsein ist im Mentalkörper und in der Physis fast immer das gleiche und setzt während des Einkehrens nicht aus.

Anmerkung: Ich neige zu der Ansicht, daß es sich bei der Mentalprojektion um eine Art "Geburt" in einer fremden Wirklichkeit handelt; darum ist das Tasten zunächst auch besser ausgebildet als das Sehen. Auch der menschliche Säugling ertastet erst seine neue Welt, bevor er sie erkennt. Ein Kind von einem Jahr kann schon sehr gut sehen, aber oft sieht es nur "Formen", deren eigentlicher Sinn ihm nicht einleuchtet. Auch der

Mentalkörper sieht oft Formen (zum Beispiel eine Übersicht über eine Stadt), die er im einzelnen und vor allem im speziellen Detail bewußtseinsmäßig nicht klar erfaßt - auch dann nicht, wenn die Dinge mit größter Schärfe gesehen werden.

In bezug auf das "optische Gerät", das ich während der Exkursion auf dem Tisch stehen sah, obwohl es in Wirklichkeit auf dem Schrank stand, möchte ich folgende Analyse des Sachverhalts beifügen: Das auf dem Tisch stehende Gerät, das ich als Phantom bezeichnet habe, war keine mentale Sinnestäuschung, sondern hier wirkten bereits die realen Gesetze der Astralebene. Ich hatte nämlich dieses Gerät auch sehr oft an genau der Stelle des Tisches stehen, an der es auch im Mentalkörper gesehen wurde. Und weil alles, was einmal geschehen ist, in der Astralwelt abgebildet wird (zu der auch das mentale Zimmer gehört), so sah ich das Gerät an jener Stelle noch weiterhin stehen, an der es vor Tagen oder Wochen wirklich gestanden hatte. In den astralen Frequenzen wird dieses Gerät übrigens bis in alle Ewigkeit dort und an vielen anderen Stellen noch stehen, an denen es sich jemals befand. Seine Sichtbarmachung während der Exkursion war eine Folge unbewußten Einstimmens auf die bestimmte Frequenz seiner Existenzebene, in der es in der Astralwelt abgebildet ist. Oft treten solche zeitlich "verschollenen" Dinge ganz zufällig ins Bewußtsein, werden dem Zweiten Körper sichtbar, ja sogar materiell greifbar und dann oft als Täuschung aufgefaßt, obwohl es sich nur um das Finden einer im Feinstofflichen abgebildeten "Gedankenform" handelt.

Besonders klar wurde mir dieser Tatbestand, als ich einmal bei einer Zimmerexkursion, die ich im Sommer unternahm, einen Christbaum in vollem Schmuck, mit den schönsten bunten Glaskugeln, mit Lametta und allem was dazu gehört, in einer Ecke auf einem Tischen stehen sah. Ich war damals im Geistkörper dermaßen verbittert über diese - wie ich meinte - grobe Täuschung, daß ich den Baum umwarf und aus innerem Protest über die ungenügende Wahrnehmung sofort in die Physis zurückkehrte. Erst Jahre später, als ich mehr Einblick in die Funktion des geistigen Sehens gewann, erkannte ich, daß ich während der Projektion die im astralen abgebildete "Gedankenform" des wirklichen Christbaumes gesehen habe. Denn zu Weihnachten stand der Baum tatsächlich immer in der Ecke, in der er während der Exkursion im Sommer gesehen wurde.

Es gibt noch mehr Belege für derartige Frequenzvermischungen, die aus verschiedenen Zeitsphären aufleuchten: Bilder wurden zuweilen an den Wänden gesehen, die in Wirklichkeit nicht vorhanden waren. Erst Jahre später, als ich längst nicht mehr in dem Haus wohnte, konnte ich bei einem Besuch die Bilder an den entsprechenden Stellen hängen sehen.

Am verblüffendsten war ein außerkörperliches Erlebnis, bei dem ich auf dem Balkon stand und auf einer entfernten Wiese, von der ich wußte, daß sie unbebaut war, ein viereckiges, modernes Gebäude stehen sah. Wieder ärgerte ich mich über diese "Täuschung", weil die Wiese, wie ich im Normalzustand sah, nach wie vor leer war. Doch über ein Jahr später begann ich zu staunen, denn genau an der im Geistkörper gesehenen Stelle wurde ein modernes Schulgebäude errichtet, das die gleichen glatten und grauen Wände sowie die neuartige Fensteranordnung hatte, bis ins Detail, die ich während der Exkursion vorausgesehen habe. Noch heute betrachte ich dies es "präkognitive" Gebäude mit Genugtuung.

Wenn man bei einer Exkursion in einen Zustand hineingeglitten ist, in dem man vielfältige Bilder aus der Vergangenheit oder der Zukunft wahrnimmt, so bedarf es oft eingehender Konzentration im Zweiten Körper, um den "jetzt" gültigen Raumzustand geistig zu rekonstruieren und ins Licht der Gegenwart zu holen. Das ist kein leichtes Unternehmen. Im Grunde spielte sich der gleiche Vorgang ab, den ich bei den Pflanzen am Fensterbrett beobachtet habe. Ich konnte dort eine Blütenpflanze, die vor zwei Jahren an einer bestimmten Stelle stand, heute noch sehen. Wir müssen umdenken und neu sehen lernen, wenn wir uns außerhalb des physischen Leibes bewegen wollen. Die Gesetze, die

in den Astralebene wirken, sind ebenso wunderbar wie unsere physikalischen; an uns liegt es jetzt, das ABC dieser geheimnisvollen transzendenten Sprache zu erlernen.

EXKURSIONEN AUSSERHALB DES ZIMMERS IN BEKANNTE UND UNBEKANNTE BEREICHE

Bereits war den Zimmerexkursionen, die uns die ganze Problematik der Mentalbewegungen deutlich machten sowie die Eigenschaften des Zweiten Körpers besonders beleuchteten, hatte ich zwei Projektionen beschrieben, die uns einen Einblick in "bewohnte" Frequenzen der Astralebene erlaubten. Diese hypothetischen Seinsschichten hat man auch als das "Jenseits" oder den "Schauplatz II" bezeichnet (Monroe). Wir konnten Menschen, die sicher einmal auf dieser Erde gelebt haben und sich jetzt in der Astralwelt aufhalten, bei ihren ganz "alltäglichen" Handlungen beobachten. Im folgenden führen uns einige Exkursionen in Orte, die sich hier auf der Erde befinden; weitere Erlebnisse außerhalb des physischen Körpers führen uns wieder in Bereiche fremder Wirklichkeiten.

12. März 1972

Nach einem kurzen, aber intensiven Sog befand ich mich plötzlich in einem fremden Zimmer. Ich saß auf einer Wandbank, die unter einem Fenster stand. Zur linken Seite hing ein Abreißkalender mit Bildern an der Wand. Etwas rechts vor mir stand ein Tisch. Das Zimmer war nicht sehr groß. Auch an den anderen Wänden sah ich Bilder, die mir zum Teil ein wenig kitschig vorkamen, wohl auch jugendstilähnliche Motive. Das Betrachten dieser Bilder war aber nicht ganz eindeutig, so wie man es vom optischen Sehen her gewöhnt ist. Wenn ich den Kopf wendete, meinte ich, daß sich bestimmte Bildelemente bewegten (vor allem kleinere Figuren, ihre Gesichter und anderes). Zuweilen schienen auch ganz neue Motive in den Bilderrahmen aufzutauchen, als wäre die Bildwelt innerhalb des Rahmens eine selbständige kleine Wirklichkeit.

Plötzlich kam ein älterer Mann mit gerötetem Gesicht auf mich zu - ich hatte nicht gesehen, wie er ins Zimmer trat - und begann mir bewegt und aufgeregt folgende Begebenheit zu erzählen: "Denken Sie nur, ich habe mir eine Tafel Schokolade gekauft und ganz alleine aufgegessen - , da hat mich meine Frau so furchtbar ausgeschimpft stellen Sie sich das nur vor!" Mir kam die Geschichte ziemlich komisch vor, und ich sagte zu ihm: "Ist das auch wirklich wahr mit der Schokolade?" Da verfinsterte sich sein Blick, er sah mich wegen meiner Ungläubigkeit ganz beleidigt an und sagte kein Wort mehr. Ich verlor das Interesse an dem Alten, wandte mich um und sah zu dem kleinen Fenster hinaus. Zu meiner freudigen Überraschung sah ich jetzt, daß das kleine Häuschen, in dem ich mich befand, in einer mir bekannten Landschaft in K. steht, unweit von dem Haus, in dem ich vor einigen Jahren gewohnt hatte.

Ich konnte die zwei Brauereien sehen, auch andere Gebäude, Straßen und Baumgruppen, die mir bestens bekannt waren. Alles war farbig, wie an einem hellen Tag. Ich freute mich an der klaren Erkennbarkeit aller Bausteine der Landschaft. Auch hier merkte ich aber, daß einige Formfehler vorhanden waren und die Raumkoordinaten nicht ganz stimmten, so wie ich sie im Gedächtnis hatte.

Über der Landschaft sah ich graue Gewitterwolken in turbulenten Ballungen. Mir gefielen diese Wolkenbildungen sehr gut, und ich bekam plötzlich Sehnsucht, in diesen Himmel zu schweben. Ich drang mit meinem Mentalkörper durchs Fenster, schwebte unter den Telegraphendrähten an der anderen Seite der Straße durch und erhob mich mit einem seligen Gefühl in Richtung Wolkenhimmel. Nachdem ich etwa die Hälfte der Strecke mit einem wunderbaren Fluggefühl zurückgelegt hatte, fühlte ich, wie ich unweigerlich in den physischen Körper zurückgezogen wurde, als wollte mir jemand klarmachen, daß ich dort oben nichts zu suchen habe.

Anmerkung:

Im Grunde sind bei Exkursionen außerhalb des Zimmers die gleichen Grundeigenschaften und Mentalbewegungen wirksam wie innerhalb desselben, zum Beispiel ist das Schweben

zu den Wolken lediglich als eine entfernungsmaßige Erweiterung der kurzen Mentalbewegungen aufzufassen, deren Strukturbild wir im Zimmer schon recht eingehend kennengelernt haben. Die mentalen Frequenzen sind ein ungeheures Reservoir von Bildern, Stimmen und Begebenheiten, das einigermaßen zu durchleuchten nur großen Anstrengungen zukünftiger parapsychologischer Forschung möglich sein wird.

Jede geistig gesehene Landschaft, auch wenn sie sich auf der Erde befindet, ist in Geist - oder Astrallicht transponiert, das bedeutet aber, daß auch Wesenheiten, die eigentlich schon der Astralwelt angehören, Zutritt in die vom Projektionisten gesehene Erdgegend haben. Denn der alte Mann, dem ich begegnete, lebte anscheinend nicht mehr auf dieser Erde. Ich sah ihn ja nicht ins Zimmer treten - was der Fall gewesen sein müßte, wenn er ein Bewohner des Häuschens gewesen wäre, sondern er tauchte plötzlich aus dem allgemeinen Astrallicht auf, bevor er auf mich einredete. Es ist möglich, daß es in dem von mir besuchten Haus einmal eine "Schokoladenszene" zwischen einem älteren Mann und seiner Frau gegeben hat. Vielleicht war der Mann schon gestorben und besuchte in seinem Geistkörper noch ab und zu unter dem Eindruck seiner emotionellen Erregung den vertrauten Ort des Geschehens. Denn nach allem, was die psychische Forschung bisher ergründet und zusammengetragen hat, werden die Verstorbenen in den niederen Astralebenen weit mehr von Emotionen und vielleicht auch Erinnerungsfragmenten umhergetrieben, als etwa von rationalen Vernunftschlüssen geleitet.

Bei der Begegnung mit dem Alten hatte ich den Eindruck, daß seine Mundbewegungen nur sekundär waren und ich eigentlich seine Gedanken erfaßt hatte. Unterhaltungen außerhalb des physischen Körpers, ganz gleich in welchem Bereich, geschehen also durch Telepathie, die von den verschiedenen Sprachen unabhängig ist und als eine Kontaktschaltung von Bewußtsein zu Bewußtsein aufzufassen sein dürfte. Bei einer späteren Inspektion der Gegend, die ich während meiner Exkursion gesehen habe, konnte ich das Haus, das Fenster und auch die Telegraphendrähte auf der anderen Straßenseite identifizieren.

Bei den meisten Projektionen in die nähere oder weitere Umgebung auf dem Gebiet der Erde (Robert A. Monroe: Schauplatz I) gibt es eigentlich nichts Besonderes zu berichten; es werden kaum sensationelle oder ausgefallene Erfahrungen gemacht. Meistens sind es kurze und zufällige Einblicke in alltägliche Szenen, bei denen man nicht einmal Kontakt mit den Bewohnern bekommt und somit nach der Exkursion nicht weiß, an welchem Ort man sich außerhalb des Körpers befunden hat.

Drei Beispiele:

27. August 1973

Nach dem Sog stand ich in einem kleinen, schmalen Zimmer, das an der Stirnseite eine Tür und an der rechten Breitseite ein kleines Fenster hatte. Der Raum hatte keine Möbel, war also völlig leer. Die Wände waren fleckig und verwaschen. An der Decke sah ich keine Lampe, sondern nur die losen, verbogenen Kabelenden ragten aus dem alten Putz. Ich schwebte zum Fenster und sah, daß das Dach mit der Dachrinne unmittelbar über dem Zimmer begann. Draußen war ein kleiner Garten, an dessen anderer Seite ein schmaler Weg etwa 45 Grad schräg zu einer Straße führte. Ich empfand die ländliche Stimmung und erkannte, da es sich um ein kleines Dorf handelte.

Jetzt sah ich drei Leute - zwei Frauen und einen Mann - den schmalen Weg herüberkommen; sie unterhielten sich und sahen dabei auf das kleine Fenster, hinter dem ich mich befand. Ich ahnte, daß sie etwas mit dem Zimmer zu tun hatten und bewegte mich instinktiv in die linke hintere Ecke. Kurz darauf hörte ich Stimmen, die Tür ging auf und zwei jüngere Frauen kamen herein; ich hielt sie für die gleichen, die gerade auf das Fenster gesehen hatten. Die erste war dunkelhaarig und groß. Sie durchschritt sofort den Raum, sah dabei auf die Wände, die Ecken und die Decke und sagte etwas zu der anderen, was ich nicht verstand.

Nachdem ich begriffen hatte, daß ich für sie unsichtbar war, bewegte ich mich zu der jüngeren und versuchte angestrengt, einen telepathischen Kontakt mit ihr zu erreichen. Ich wollte wissen, wie das Dorf hieß und wo es sich befand. Die Person reagierte aber nicht darauf.

Ich beobachtete sie jetzt aus nur dreißig Zentimeter Abstand sehr genau. Ich sah ihr Gesicht, die Augen, die Haare, die Nase und den Mund mit einer dermaßen klaren Schärfe und Plastik, daß ich sie sofort wiedererkennen würde. Sogar die feinsten Einzelheiten der Augen - die Pupille, die Iris, die Regenbogenhaut mit den Pigmentflecken - alles erkannte ich in Farbe und Form überzeugend natürlich. Sie hatte graublau Augen, frische Wangen und mittelblondes Haar. Ich war überzeugt, vor mir eine fremde Person zu haben, die ganz und gar nichts mit einer Traumgestalt zu tun hatte. Schließlich fühlte ich doch die Persönlichkeit eines wirklichen Menschen. Sie mochte etwa 25 Jahre alt gewesen sein.

Nachdem ich ihr wieder vergeblich Fragen gestellt hatte, blickte ich zur offenstehenden Tür, in der gerade ein jüngerer Mann mit schwarzem Haar erschien und einen Kasten mit Getränken in die rechte Ecke stellte. (Es war sicher derselbe Mann, der vorher mit den Frauen in Richtung Haus gekommen war.) Jetzt wurde ich etwas unruhig und zog mich zu meinem physischen Körper zurück.

Anmerkung: Ich war allem Anschein nach in ein Zimmer geraten, in dem Vorbereitungen zum Ausmalen getroffen wurden. Wäre mir ein telepathischer Kontakt mit der Frau gelungen, so nehme ich an, daß dieser nur mit ihrem Unterbewußtsein zustande gekommen wäre und daß sie bei einer Unterhaltung nichts in ihrem Tagbewußtsein gemerkt, sondern höchstens an der Schwelle zum Unterbewußten etwas gefühlt hätte. Interessant war auch, daß sich das geistige Sehen zunehmend präziserte, als ich die blonde Person aus nächster Nähe betrachtete. Es bestätigten sich in allen Bereichen immer wieder die gleichen Funktionen der geistigen Wahrnehmung, die wir im Zimmer erfahren haben.

Eine weitere Exkursion vom gleichen Typ

23. November 1973

Nachdem ich mich verhältnismäßig lange im Sog bewegt hatte (nach meiner Schätzung in westlicher Richtung), merkte ich eine deutliche, knickartige Kursänderung nach links unten. Als die Bewegung aufhörte, öffnete ich die Augen und stand in einem hellen Zimmer mit breiten Fenstern an den zwei Eckwänden. Die Farben waren aber gedämpft, wie an einem bedeckten Tag. Zwei Männer standen bei der Tür und unterhielten sich. Wieder bemerkte ich, daß ich unsichtbar für sie war, wollte aber trotzdem etwas Näheres erfahren. Aus ihrem Gespräch schnappte ich (telepathisch) zwei Brocken auf, die sich wohl auf eine dritte Person bezogen, die verreist war. Ich nahm folgende zwei Worte auf : Württemberg und Bonn. Es gelang mir nicht, einen weiterführenden Zusammenhang zu erfassen; so bewegte ich mich durch die Tür auf einen hellen Gang, der etwa 6 bis 7 Meter nach rechts führte. Dort machte er einen Knick und endete nach ca. drei Metern bei der Haustür.

Plötzlich ging die Tür auf, und eine Frau mittleren Alters in Trauerkleidung und schwarzem Hut kam herein. Sie wurde von zwei Männern begleitet. Ich drückte mich an den Rand des Ganges und beobachtete ihr Gespräch kurze Zeit. Ein Mann, der inzwischen in irgendeinem Zimmer verschwunden war und nun wieder zurückkam, brachte der Frau eine Flasche mit einem Getränk (ich konnte genau sehen, daß Coca - Cola darauf stand möchte aber hier keine Schleichwerbung machen). Sie nahm gleich einen Schluck aus der Flasche. Ich versuchte zu erfassen, was gesprochen wurde, nahm aber wieder nur die Worte: Württemberg - Bonn auf, alles andere wurde mir nicht bewußt, obwohl ich noch einige Worte hörte, die aber wie in einem undefinierbaren Rauschen unter meiner Bewußtseinschwelle verdämmerten.

Daraufhin wendete ich mich ab, drang durch die Tür und bewegte mich zum Gehsteig vor dem Haus. Von dort aus überquerte ich eine Verkehrsstraße - wie sie etwa in städtischen Randgebieten zu finden sind - , blieb auf dem Gehsteig stehen und drehte mich um. Das geistige Sehen war sehr klar und deutlich. Ich erkannte, daß das Haus, aus dem ich gerade gekommen war, ein weißer Bungalow mit einigen großen und auch kleineren Fenstern war. Das Dach ging nur ganz flach zur Spitze. Dahinter sah ich eine parkähnliche Landschaft mit großen, geraden Bäumen. Die Gegend war auffallend eben. Inzwischen hatte ich mich dermaßen mit der Szene verbunden, daß ich den Eindruck hatte, als stünde ich im Normalbewußtsein" mitten in einer Stadt. Ich lauschte nach innen, sah dann wieder gespannt und konzentriert auf die Dinge um mich herum und konnte beim besten Willen keinen Unterschied zu einer entsprechenden Erfahrung im physischen Körper finden. Auf der rechten Seite sah ich eine Autobushaltestelle älteren Datums es könnte auch eine Straßenbahnhaltstelle gewesen sein - , denn die Wartehalle, in der einige Bänke standen, bestand aus alten, zum Teil verschnörkelten Eisenträgern. Von der Hauptstraße zweigte eine Nebenstraße ab, die ich jetzt entlangschwebte. Auf beiden Seiten standen verschiedene Häuser in gemischtem Baustil; kleinere Vorhöfe - fast keine Gärten und Bäume. Die Gegend kam mir recht langweilig vor, und ich fand keinen Grund mehr, noch weiter zu gehen. Ich dachte an meinen physischen Körper, wurde sofort von diesem angezogen und war mir gleich auf der Couch bewußt. Anmerkung: Diese irdische Gegend hat sich mir so genau eingeprägt, daß ich sie zu jeder Zeit wiedererkennen würde. Leider fand ich keinen Anhaltspunkt für den Namen der Stadt, die aber in Süddeutschland gelegen sein dürfte. Man erkennt auch bei dieser Projektion, daß ich ganz zufällig in die Szene geraten war. Ich habe auch keine persönliche Beziehung zu den von mir gesehenen Personen. Welche Bedeutung die Kursabweichung am Beginn der Exkursion hatte, ist mir nicht bekannt.

Wieder in einer Erdgegend - als unsichtbarer Gast bei "Mackensens"

9. April 1974

Kurz nach der Herauslösung des Mentalkörpers bemerkte ich mehrere seitliche Pendelbewegungen; ich hatte den Eindruck, von einer glatten, magnetischen Strahlung davongetragen zu werden.

Sofort befand ich mich in einem Zimmer. Es hatte je ein Fenster an der Schmal- und Breitseite. Unmittelbar vor mir stand ein älterer Küchenschrank (oder Wohnzimmerschrank) mit Glasscheiben im Oberteil. Zwischen Scheiben und Rahmen steckten einige Briefe und Postkarten. Ich nahm eine Karte heraus und versuchte, den Namen auf der Adresse zu lesen. Die Schrift war für meinen Zweiten Körper schwer aufzunehmen; trotzdem wurde mir das Wort oder der Name "Mackensen" bewußt. Daraufhin steckte ich die Karte wieder zu der anderen.

Jetzt bewegte ich mich zum Fenster, das an der Schmalseite des Raumes war. Rechts davor stand ein Tischchen mit einigen Blumentöpfen und Vasen. Ganz vorn sah ich einen schönen "Christusdorn" mit den kleinen, zweiblättrigen Blüten in Rot und langen kräftigen Stacheln. Ich näherte vorsichtig meine rechte mentale Hand (die übrigens völlig materiell aussah) diesen Stacheln und fühlte mit dem Zeigefinger deren Spitze und Schärfe so überzeugend wie in der Natur.

Nun sah ich zum Fenster hinaus und erkannte niedrige Reihenhäuser mit flachem Dach (Bungalowstil); davor schmale Gärten, die zur Linken an einem Gehsteig endeten, hinter dem sich eine Straße befand. Die Gärten zu den einzelnen Reihengebäuden waren durch Maschendrahtzäune begrenzt und abgeteilt. Die Beleuchtung der Landschaft war wie an einem hellen Tag mit leicht bedecktem Himmel.

Nachdem ich mich wieder ins Zimmer gewandt hatte, hörte ich Stimmen hinter einer Tür, die rechts neben dem Blumentischchen wohl in ein anderes Zimmer führte. Ich horchte gespannt und überlegte, wohin ich mich verdrücken könnte, wenn jetzt die Tür aufginge, obwohl ich mir diesmal eigentlich sicher war, doch wieder unsichtbar zu sein. Aber

niemand kam herein. Nun konzentrierte ich mich im Mental auf das andere Zimmer, das ich hinter der Tür vermutete.

Auf einmal begann die Tür mit der Wand durchsichtig zu werden, um für meinen Blick schließlich ganz zu verschwinden. Ich sah jetzt in ein halbdunkles Zimmer und erkannte zwei Betten und einige Schlafraummöbel. In den Betten konnte ich undeutlich einen Mann und eine Frau wahrnehmen, die sich unterhielten (es war ziemlich düster). Ich konnte aber kein Wort des Gesprächs verstehen; es war wieder das übliche Raunen und Murmeln unter der Bewußtseinsschwelle. Jetzt versuchte ich, meine Aufmerksamkeit auf "telepathischen Empfang" umzustellen und konnte sofort folgenden Satz "abzapfen", den wohl die Frau zum Mann gesprochen hatte: Sei doch nicht wie ein Pfau K (Sinngemäß übersetzt) oder auch: "Du bist ja wie ein Pfau!" Der Satz konnte von der Frau aber auch "gedacht" worden sein; das läßt sich bei Telepathie nie genau ermitteln.

Nachdem ich keinen weiteren Zusammenhang erfassen konnte, bewegte ich mich durch die Mauer in einen Garten, der aber auf der anderen Seite des Hauses gelegen, sein dürfte, und besah mir das Gebäude von draußen. Hier war auch ein Steingarten mit einigen Polsterpflanzen und kleineren Bäumchen. Aus der Richtung der Reihenhäuser kam jetzt ein Mann auf mich zu (ich hatte nicht gesehen, aus welcher Tür er gekommen war).

Etwas unsicher geworden, beschloß ich, das Feld zu räumen und schoß in meinen physischen Leib zurück. Auch hier gab es kein eigentliches "Erwachen", sondern die Körperschwere wurde mir zunehmend bewußt, weil innerhalb der Physis die Schwerkraft der Erde wieder zu wirken beginnt.

Anmerkung: Man sollte sich vergegenwärtigen, daß der telepathische Empfang eines Satzes oder Satzsinnes im Gehirn als "inneres Einsprechen" erfahren wird, aber niemals durchs Gehör geschieht. Selbst wenn die Unterhaltung der beiden Personen etwa in Schwedisch oder einer anderen Sprache geführt wurde, so kam sie mir doch in Deutsch zum Bewußtsein, weil durch Telepathie nicht Worte vermittelt werden, sondern Sinnbilder, bei denen der in einer bestimmten Sprache geschulte Intellekt nebensächlich ist. Dieses Transponieren eines Satzsinnes in ideelle Vorstellungen, die natürlich der Empfänger in der eigenen Sprache "liest", ist wohl mit verantwortlich für die fragmentarische Verpackung, in der die meisten Telepathiesätze bewußt werden. Außerdem scheinen die telepathisch empfangenen Nachrichten irgend, wie "beschnitten" oder "gesiebt" zu sein, da meistens nur das Wichtigste eines Sinnzusammenhangs erfaßt wird, wobei emotional gefärbte Inhalte bevorzugt ins Bewußtsein des Aufnehmenden dringen. Immerhin erkennt man auch bei dieser Projektion, daß der Zweite Körper - als solcher wird er empfunden - in "fremden Bereichen" gewisse Wahrnehmungen machen kann, die wohl niemand als "Traum" interpretieren möchte.

REISE IN DIE VERGANGENHEIT - EINE ECHTE ZEITREISE

Exkursion vom 26. Mai 1974 - 0.30 Uhr

Nach einer sanften Trennung vom physischen Körper bewegte ich mich auf den Balkon und betrachtete die nächtliche Landschaft vor dem Haus. Die Gebäude erschienen mir diesmal recht überzeugend, und ich erkannte nur wenige Formfehler. Auch die Raumkoordinaten wurden durch das geistige Sehen besser als sonst aufgenommen. Das Licht war nächtlich - silbrig.

Ohne eine bestimmte Vorstellung entschloß ich mich, meinen Zweiten Körper zu erheben, um in irgendeine "astrale Ebene" oder "Frequenz" zu gelangen. Ich schloß die Augen, streckte mich mit den Händen über dem Kopf kräftig aus (eine instinktive Handlung) und befand mich sofort im Sog. Nach etwa drei bis vier Sekunden (subjektiver Zeitwahrnehmung) hörte die gleitende Bewegung auf, und ich öffnete die Augen: Ich stand mitten in einer dreidimensionalen Landschaft auf einem flachen Feld, das mir abgeerntet und kahl erschien (novembermäßig). Es war Nacht. Die schwache Beleuchtung ähnelte dem uns bekannten Mondlicht. Von der fremden Wirklichkeit etwas

beängstigt, sah ich mich hastig nach allen Seiten um. Zur linken Seite - hinter dem Feld - erkannte ich in einiger Entfernung (zirka 200 Meter) flache, fabrik - oder schuppenähnliche Gebäude. Daraufhin drehte ich mich um und sah etwa 80 Meter vor mir die dunkle Silhouette eines Hauses. Ich schwebte nun rasch zu diesem Gebäude, durchdrang die Mauer und befand mich kurz darauf in einem kleinen Zimmer. Auch hier war es dunkel. Durch das silbrig - weiße astrale Licht konnte ich jedoch einige Möbelstücke erkennen: einen Tisch, einige Stühle, einen Schrank.

Plötzlich fühlte ich die Anwesenheit eines Menschen. Ich sah im Halbdunkel, daß hinter dem Tisch eine Couch stand, auf der eine Person lag, die anscheinend nur mit einer Decke zugedeckt war. Ohne lange zu überlegen, fragte ich den Schlafenden, wie dieser Ort oder diese Stadt denn heiße. Er richtete sich halb auf und erblickte mich verwundert, als wollte er sagen: "Was für eine Überraschung zu so später Stunde!" Ich sah, daß es ein Mann in den mittleren Jahren war - vielleicht eher etwas älter (ich konnte ihn nicht genau erkennen, weil es nach wie vor sehr düster war.) Nachdem er nun, wie ich glaubte, aufgewacht war (wahrscheinlich wurde die Unterhaltung mit seinem Geistkörper geführt), stellte ich ihm mit Nachdruck noch einmal die Frage nach der Stadt.

Er antwortete ohne zu zögern und sagte sehr deutlich: "Wolfsburg!" - Ich war völlig verblüfft über diese klare Antwort und wiederholte ungläubig: "Wolfsburg?" - Er nickte zustimmend.

Wie ist denn ihr Name? fragte ich gespannt weiter. Als sei diese Frage ganz selbstverständlich, antwortete er sofort: "Holzinger!"

Auf Grund dieser klaren Daten, ganz erregt, fragte ich nach der Gegend, in der sich dieses Haus befindet.

Er antwortete auf der Stelle: "Färberweg!" (oder auch Färbergasse"; die Unterhaltung geschah natürlich wie immer durch "Telepathie" und wurde durch "inneres Einsprechen" vom Gehirn empfangen und zu Bewußtsein gebracht).

Nun blickte ich mit dem inneren Wunsche, mich von der Umgebung zu überzeugen, in Richtung der Fenster; sofort wurde die ganze Hausmauer für mein geistiges Sehen durchsichtig (ein Vorgang, den ich bei Exkursionen schon öfter erlebt habe), und ich erkannte im silbrigen

Mondlicht" in etwa 500 Meter Entfernung eine kleine Kirche (vielleicht nur durch die Distanz klein gesehen) mit einem spitzen Turm. Die Kirche dürfte aber auf der anderen Straßenseite oder einer anderen Straße gelegen sein. Sonst schien mir die Gegend öde und leer; ich sah keine weiteren Häuser.

Nun bekam ich starke Bedenken, daß ich die klaren Daten wieder vergessen könnte. Ich verabschiedete mich mit einer Handbewegung, taumelte einen Gang entlang, an dessen linkem Ende eine Tür wohl in ein anderes Zimmer führte, in dem, wie ich fühlte, noch andere Personen waren.

Ständig die Daten vor mir hersagend, durchdrang ich die gegenüberliegende Haustür und bewegte mich wieder auf das kahle Feld, ungefähr auf die Stelle, auf der ich am Beginn der Projektion gelandet war. Ich betrachtete mir nun das Haus, das ganz allein in diesem Gebiet stand, etwas genauer, so gut es jedenfalls die Sichtverhältnisse erlaubten. Das Gebäude erschien mir niedrig, hatte nur ein Untergeschoß und war anscheinend genau quadratisch im Grundriß. Die Fenster waren klein und hatten dunkle, aufgeklappte Fensterläden. Das Dach war pyramidenförmig. Der Eingang, aus dem ich herausgekommen war, befand sich an der linken, vorderen Ecke (vom Feld aus gesehen), war ins Gebäude "eingeschnitten" und wurde deshalb vom Dacheck überdeckt.

Nach dieser Wahrnehmung sagte ich mir noch einmal' die Daten vor - Wolfsburg, Holzinger, Färberweg - ; streckte mich aus und schoß vom Feld aus in den physischen Körper zurück. Sofort stand ich auf und machte mir die Notizen.

Anmerkung: Die hier mit großer Genauigkeit geschilderte Exkursion war, wie sich durch Nachforschungen herausstellte, eine echte Zeitreise. Noch während dieses

außerkörperlichen Erlebnisses meinte ich, daß ich in Wolfsburg mit einem Herrn Holzinger bekannt geworden war, der sich jetzt und heute dort befindet, der dort seinen Wohnsitz hat und' von mir im Verlauf einer ganz normalen Projektion "angesprochen" wurde. Auch als ich schon zurück im physischen Körper war, meinte ich natürlich, daß das Ereignis" zeitlich "synchron" mit den derzeit gültigen Gegebenheiten verlaufen sei.

Aus dem Wunsche heraus, die Realität dieser Exkursion abzusichern, schrieb ich sofort an das Einwohneramt in Wolfsburg mit der Bitte, man möge mir doch mitteilen, ob es in Wolfsburg einen Herrn Holzinger gibt und in welcher Straße er wohnt. Denn die während der Exkursion erfahrenen Daten - Holzinger, Wolfsburg, Färberweg - waren so klar und überzeugend, daß eine Nachforschung über die mir fremde Person schon aus wissenschaftlichen Gründen mehr als gerechtfertigt erschien. Die Entfernung von meinem Wohnort K., der im Süden Deutschlands liegt, bis nach Wolfsburg, das im Norden liegt, beträgt über 700 Kilometer Bahnlinie, so daß eine Nachprüfung vorerst nur brieflich erfolgen konnte.

Meine Exkursion wurde am 26. Mai 1974 unternommen; die erste Antwort vom Einwohneramt in Wolfsburg wurde am 7. Juni 1974 abgesandt (unterzeichnet: Der Oberstadtdirektor, i. A. Tretschok) und enthielt folgenden ersten Hinweis (ich zitiere wörtlich aus dem Schreiben): "In Wolfsburg hat ein Willi Holzinger (geboren in Würzburg) gewohnt. Der oben Genannte hat sich am 1. Dezember 1947 nach Neuhaus, Kreis Paderborn (heute, Schloß Neuhaus`), abgemeldet. Eine Straßenbezeichnung ‚Färberweg` hat es hier gegeben, jedoch 1965 wurde die Straßenbezeichnung aufgehoben. Infolge dieser Information ahnte ich schon, daß meine Exkursion nicht "synchron" zum jetzigen "Zeitraum" abgelaufen sein könnte, sondern mich vielleicht in die Vergangenheit geführt hat, denn Holzinger hatte ja Wolfsburg bereits am 1. Dezember 1947 verlassen. Ich habe also im Jahre 1974 mit einer Person in Wolfsburg gesprochen, die sich schon seit 27 Jahren nicht mehr dort befindet. Weiterhin war ich während meiner Projektion in einer Straße anwesend (Färberweg), deren Bezeichnung bereits 1965 aufgehoben wurde. Mit dieser Mitteilung gab ich mich noch nicht ganz zufrieden und wandte mich deshalb noch einmal mit der Bitte um weitere Einzelheiten zur Person "Holzinger" an das Einwohneramt. Unter anderem wollte ich auch wissen, ob sich eine Kirche in der Nähe des Färberweges befand oder befindet. In dem zweiten Antwortschreiben aus Wolfsburg, das am 20. Juni 1974 von gleicher Amtsstelle abgesandt wurde, erhielt ich, die Mitteilung, daß Herr Willi Holzinger (geboren 1920 in Würzburg) in einem Gemeinschaftslager in der Nähe des "Färberweges" gewohnt hat. Der Färberweg selbst war damals nicht bebaut (siehe meinen Bericht: "Sonst schien mir die Gegend öde und leer; ich sah keine weiteren Häuser"). Die St. Annen - Kirche liegt, nach dem Schreiben aus Wolfsburg, ca. 600 Meter vom damaligen Färberweg entfernt und steht heute noch dort. (In meiner Projektion habe ich vom Färberweg" aus eine Kirche gesehen, deren Entfernung ich auf zirka 500 Meter schätzte.)

Daß ich mich hier auf der richtigen Spur befand, war so gut wie sicher, zumal es damals keinen anderen "Holzinger" in Wolfsburg gegeben hat, der auch noch in der Nähe des Färberweges gewohnt hätte. Weiterhin sah ich während meiner Exkursion in etwa 200 Meter Entfernung vom "Landeplatz" aus "flache, fabrik - oder schuppenähnliche Gebäude". Es ist wahrscheinlich, daß es sich hierbei; um das Gemeinschaftslager gehandelt hat (es war noch unmittelbare Nachkriegszeit), in dem Herr Holzinger gewohnt hat, wie es aus dem Wolfsburger Schreiben zu entnehmen ist. Es ist zur Zeit noch unklar, ob das Haus, in" dem ich Herrn Holzinger "1974/1947" angetroffen habe, mit zum Gemeinschaftslager gehörte oder ob Holzinger in einem anderen Haus in der Nähe des Färberweges nur: für eine Nacht bei jemandem zu Besuch war, weil ich ihn ja hinter einem Tisch auf einer Couch liegen sah.

Wie dem auch sei, meine nächsten Nachforschungen mußten sich jetzt nach "Schloß Neuhaus", Kreis Paderborn, richten, denn dorthin hatte sich Willi Holzinger am 1.

Dezember 1947 abgemeldet. Ich schrieb an das "Amt Schloß Neuhaus" und wollte wissen, ob dort ein Willi Holzinger, 1947 von Wolfsburg kommend, wohnhaft oder angemeldet gewesen ist, ob er noch lebt, wenn ja, wo er wohnt, oder ob er seinen Wohnsitz inzwischen erneut gewechselt hat. In dem Antwortschreiben aus Schloß Neuhaus, das am 27. August 1974 dort abgesandt wurde (unterzeichnet: Der Amtsdirektor i. A. Ellenbürger) erhielt ich den Bescheid, daß Herr Willi Holzinger dort als gemeldet oder gemeldet gewesen (1947) nicht ermittelt werden konnte: "Sollte der Vorgenannte in Neuhaus (jetzt Schloß Neuhaus) wohnhaft gewesen sein, so könnte er sich nur unangemeldet aufgehalten haben." (Diese Möglichkeit wäre in den Wirren der Nachkriegszeit immerhin verständlich gewesen.) Auf jeden Fall verlaufen sich nach den bisherigen Ermittlungen die Spuren von Willi Holzinger, der 1947 Wolfsburg verließ und nach Neuhaus, Kreis Paderborn, wollte, im Sande.

Hatte er Wolfsburg unter einem falschen Vorwand verlassen? Hat er erst auf der Reise seinen Plan geändert und ist in eine andere Stadt gezogen? Wir können es heute nicht mehr feststellen. Das ändert aber nichts mehr an der Realität dieser "Zeitreise", die uns drastisch vor Augen führt, daß der ASW ernstzunehmende Fakten und Tatsachen zugrunde liegen, auch bei jenen Projektionen auf Erdgebiet, die aus Mangel an ausreichenden Daten noch nicht bewiesen werden konnten.

Der relative Zeitfaktor wird bei dieser Projektion besonders deutlich, wenn man bedenkt, daß ich im Jahre 1947, als Herr Holzinger Wolfsburg verließ, erst 13 Jahre alt war und noch in Gotha (Thüringen) wohnte, und daß ich 1974, also 27 Jahre später während meiner "Reise in die Vergangenheit", mit Holzinger in Wolfsburg gesprochen habe. Alles was in der Vergangenheit einmal geschehen ist, hat einen lebendigen Eindruck in den astralen Frequenzen (Astralwelt, Jenseits) hinterlassen und besteht dort immerzu fort. Eine derartige "Frequenz" habe ich also mit meiner Zeitreise zufällig erwischt. Hier ahnt man schon die enormen Möglichkeiten, die das Reisen im Mentalkörper durch "Raum und Zeit" für die zukünftige Forschung der Menschheit eröffnen könnte.

Eine erste Ahnung von der Dehnbarkeit des Zeitbegriffs bekommt man, wenn man bemerkt, wie in Zuständen des Schmerzes die Zeit sich zur Ewigkeit ausweitet; in Zuständen der Freude dagegen rast die Zeit dahin und läßt uns keine Sekunde festhalten und als wirklichen Besitz ergreifen. Wir stecken in der Materie wahrhaftig in einem Käfig der Zeit, aus dem es ein Entrinnen nur durch die höheren Bewußtseinszustände und die Mentalprojektion gibt. Zeit ist vor allem ein psychologischer Zustand, der uns das Verstricktsein mit dem Körperlichen und damit dem Vergänglichen im Leben bewußt werden läßt. Wenn wir aber aus dem Körperlichen hinausgehen, aus dem euklidischen Raum, aus dem psychologischen Zustand der Zeit, so bemerken wir, daß sich unsere subjektive Zeitvorstellung auflöst wie Rauch im Wind. In der Transzendenz gibt es Raum und Zeit nicht mehr. Das wird jeder bestätigen, der einigermaßen Erfahrung im außerkörperlichen Erleben und vor allem in höheren Bewußtseinszuständen hat. In jener Transzendenz liegt auch die Sphäre der Ideen, der Archetypen und geistigen Urbilder aller Erscheinungen, die im Grunde zeitlose Wirklichkeit besitzen. Das Werden und Vergehen einer Blume gehört dem Zeitlichen an, ihr Urbild und Bauplan aber bleiben im Überzeitlichen ewig erhalten. Wer sich im Zweiten Körper bewegen kann, dem ist es prinzipiell möglich, Reisen außerhalb des uns bekannten 3 - D - Raumes und der linearen Newtonschen Zeitachse zu unternehmen.

Projektion vom 4. Dezember 1974 - 2.30 Uhr

Nach der Herauslösung des Zweiten Körpers befand ich mich plötzlich in einem fremden Zimmer. Obwohl es eigentlich dunkel im Raum war, sah ich einen Wohnzimmerschrank mit großer Glasfront in hellem Lichtschein - nur die Umgebung war düster. Hinter der Scheibe standen viele Bücher in verschiedenen farbigen Einbänden mit Aufschriften in Goldprägung. Der Schrank war so klar und plastisch zu sehen, daß ich das gepflegte braune Holz und seine Maserung gestochen scharf erkennen konnte. Jetzt bemerkte ich,

daß ich mich hinter einem dunklen, niedrigen Tisch befand, auf dem ich zwei Dosen stehen sah. Ich blickte genauer hin und erkannte, daß es lackierte Zierdosen in ovaler und sechseckiger Form waren. Sie wurden von schönen und sehr feinen Ornamenten und Mustern in glänzenden Farben überzogen. Ich sah "giftgrüne" Valeurs, rosa und blaue Töne. Auch feine Schriften in metallischem Gold waren zu erkennen, die ich aber nicht entziffern konnte, so sehr ich mich auch bemühte. Beim Betrachten dieser Dosen wurde mir eine wunderbare Eigenschaft des geistigen Sehens vor Augen geführt: Ich sah sie nämlich nicht nur in dreidimensionaler Perspektive - wie von nur einem Blickpunkt aus sondern auch die linke und rechte Seite sowie Deckel und Rückseite konnte ich gleichzeitig bewundern, ohne daß ich sie in die Hand genommen oder meinen Kopf gewendet hätte. Der leiseste Wunsch genügte, um die verschiedensten Ansichten wie glänzende und wechselnde Lichtbilder vor mir zu haben - als ob ich von mehreren: Blickpunkten aus gleichzeitig sehen könnte. Der Vorgang war wohl eine Art vierdimensionaler Wahrnehmung, ein Phänomen, das uns in der modernen Kunst besonders durch die Maltechnik Picassos bekannt geworden ist.

Nachdem ich mich noch etwas im Zimmer umgesehen hatte, tauchte in mir der Wunsch auf, in eine andere Ebene zu "starten", um weitere Erfahrungen machen zu können. Ich strecke mich aus, geriet sofort in einen Sog und schoß nach oben durch die Decke davon. Nach wenigen Sekunden wurde es hell um mich. Ich sah umher und stand in einer leuchtenden Landschaft mit den typischen Schwingungen der Astralwelt. Das Gelände war hügelig. Ich bewegte mich nun eine vertieft liegende und abwärtsführende Landstraße entlang, die zu beiden Seiten mit gemischten Bäumen bepflanzt war, in denen ich schwächere Birken - und Buchenstämme erkannte, die erst junge Blätter hatten. Die Straße machte jetzt einen Bogen nach links, die Bepflanzung hörte auf, und ich überblickte ein größeres Gebiet. Etwas entfernt sah ich Hügel und Hänge, Häuser und Sträucher.

Nun bemerkte ich auf dem vor mir liegenden Streckenabschnitt Arbeiter am Werke, die den ca. drei Meter hohen Hang zur Linken abtrugen, wohl um die Straße ein wenig zu verbreitern. Wahrscheinlich sollte ,auch die Kurve begradigt werden. In etwa 100 Metern Entfernung erkannte ich einen Bagger, der anscheinend nicht in Betrieb war. Er sah groß und kastenförmig aus - vielleicht ein älteres Modell. In der Nähe standen einige Leute. Ein paar Schritte vor mir arbeitete ein Mann in grauer und brauner Kleidung, er war dabei, mit einer Spitzhacke Gestein und Geröll vom Hang zu scharren. Hier war auch sehr viel braunes, lockeres Erdreich zu sehen, das wohl von dem erhöhten Wiesenstück abgerutscht war. Ich hatte noch nie so schöne braune Erde gesehen wie hier in dieser geistigen "Frequenz".

Als ich eine Weile beobachtet hatte, wurde die Gesamtwahrnehmung dermaßen überzeugend, daß mich wieder das geheimnisvolle Gefühl beschlich, in einem geistigen Bereich zu sein, der sich von unserem "materiellen" kaum noch unterschied. Die Klarheit der astralen Formen und Farben, die Gewißheit, mitten in der Szene zu sein, waren zu überzeugend. Der Unterschied zu unserer materiellen Seinsebene bestand vor allem in der seltsamen, steinernen Stille, die über den Dingen lag und die ein charakteristisches Merkmal fast aller Erlebnisse außerhalb des physischen Körpers ist, z. B. konnte ich bei dem Arbeiter, der immer wieder mit der Hacke in den Boden hieb, keine Geräusche dieser Tätigkeit aufnehmen. Das "Astrallicht" kann Schall nicht übertragen. Töne, Melodien, Gesänge, Stimmen, wie sie manchmal in der Astralwelt auftauchen, werden, genau wie die Telepathie von innen her, vom Bewußtsein empfangen. Nun bewegte ich mich zu dem Straßenarbeiter, näherte mich von hinten und legte meine mentale Hand leicht auf seine rechte Schulter, die sich materiell anfühlte. Er wendete sich ruhig zu mir. Ich nützte die Gelegenheit und fragte gleich: "Wie heißen Sie?" Mit einer sehr sanften, individuell gut kolorierten Stimme antwortete der etwa 50jährige sofort: "Rapusin Häsov!" Ich war überrascht über die menschliche Wärme, die aus seiner Stimme sprach und fragte, weil

mir der fremde Akzent aufgefallen war: "Häsov mit v?" Er nickte. - "Woher sind Sie?", fragte ich weiter. Die Antwort kam sofort: "Aus Mähren!" (Mähren - tschech. Morava - bildet den mittleren Landesteil der Tschechoslowakei und befindet sich zwischen Böhmen im Westen und der Slowakei im Osten. Die Hauptstadt von Südmähren ist Brünn.) Nach diesen klaren Antworten tauchten wieder Bedenken in mir auf, daß ich die Daten vergessen und sie aus dem Zweiten Zustand nicht ins Normalbewußtsein übernehmen könnte. Ich bewegte mich einfach weiter, an dem Bagger vorbei, zu einer engen Straßenkurve, an deren linken Seite ein Gasthaus stand. (Der Mentalkörper nahm einen entsprechenden Gedanken auf.) Es führten Treppen zu einer erhöht liegenden Tür, über der eine Schrift angebracht war. Während ich nun auf der Straße verweilte und auf die weitere Gegend blickte, sagte ich mir ständig den Namen des Straßenarbeiters und des Landes vor, aus dem er stammte. Ich fühlte, daß ich zu rückkehren müsse, schloß die Augen, dachte an meinen physischen Körper und wurde nach dem Sog in meinem Zimmer vor dem Tisch bewußt. Auf der Couch lag mein Körper, ich glitt zu ihm und tauchte sanft ein.

Anmerkung: Erst als ich auf gestanden war, um mir Notizen zu machen, erkannte ich den Fehler, den ich begangen hatte. Ich vergaß während der Projektion Herrn Häsov nach der Stadt und der Straße zu fragen, in der er zu Hause war. So mußte also eine Nachprüfung über diese Person bei weitem meine Möglichkeiten übersteigen. Es ist im Zweiten Zustand eben nicht selbstverständlich, daß man - nach unseren Maßstäben - "logisch" denkt und handelt. Die Notwendigkeit zu der Frage nach dem Wohnort hätte mir während der Exkursion erst bewußt werden müssen; dies ist aber nicht geschehen. So bleibt mir nur noch übrig, mich um die Einordnung dieses Erlebnisses zu bemühen, ein Versuch, der für den Erlebenden genauso schwierig ist wie für einen Außenstehenden. Es deutet aber vieles darauf hin, daß sich die Szene in einer Frequenz der "Nachtodwelten" (Astralsphäre) abgespielt hat, denn daß auch dieses Ereignis nicht synchron zu einem entsprechenden Parallelvorgang auf der Erde ablief, erkennt man schon daran, daß die Projektion nachts unternommen wurde, in einer Zeit also, in der wohl kaum Straßenbauarbeiten in Mähren verrichtet worden sind, denn dort war es ja ebenfalls Nacht.

Es gibt also Seinsebenen in der Astralsphäre, in denen Verstorbene weiterhin ihren gewohnten Tätigkeiten nachgehen, auch wenn eine derartige Notwendigkeit nur im Bewußtsein der Betreffenden besteht. Das wäre eine Möglichkeit. Die andere bestünde wieder in der Annahme einer "Zeitreise", eines zufälligen Einblicks in längst vergangene Situationen, die, wie wir aus der "Wolfsburger Zeitreise" schon wissen, ebenfalls in den astralen Frequenzen abgebildet sind.

Bereits diese flüchtige Betrachtung des Phänomens läßt die enormen Schwierigkeiten erkennen, die einer rationallogischen Definition im Wege stehen. Auf dem Gebiet der Exkursionen des Zweiten Körpers sind eben weitere Erfahrungen - auch von anderen Forschern - dringend nötig, damit endlich die Grundlage für eine befriedigende Theorie der noch umstrittenen Phänomene geschaffen werden kann. Die animistische These des telepathischen oder hellseherischen Abzapfens fremder Bewußtseinsinhalte (von noch Lebenden), wie sie von vielen Parapsychologen als Erklärungshypothese ins Feld geführt wird, halte ich in diesem Zusammenhang für unzureichend.

Projektionen des Seelenkörpers sind immer noch schwer verständlich und geheimnisvoll; das trifft schon für synchrone Erlebnisse zu, für die es noch keine gültige Erklärungshypothese gibt; noch weit umstrittener und unbegreiflicher sind aber jene Erlebnisse, bei denen wir einen Einblick in die Vergangenheit oder gar in die Zukunft (Präkognition) erhalten. Und doch werden Zeitreisen von verschiedenen Praktikern auf dem PSI - Gebiet immer wieder berichtet; z. B. gelang Robert A. Monroe am 11. März 1961 eine Projektion, in deren Verlauf er eine jüngere Frau in einem Zimmer nach der Jahreszahl fragte. Sie antwortete, es sei 1924.

Ein seltsames Erlebnis in Sphäre X

Nicht alle Erlebnisse in den mentalen Frequenzen lassen sich leicht in unsere gewohnten Erfahrungskreise und Denkschablonen einordnen. Es gibt beachtliche Exkursionen, die sich im Hinblick auf unser begrenztes Wissen von den hypothetischen "Feinstoffwelten" einer logischen Definition zu entziehen scheinen. Selbst wenn man als Handlungsfeld für die folgende Projektion einen Planeten mit primitiver Zivilisation in Erwägung zöge, so gäbe es doch keine vernünftige Erklärung für die Diskrepanz im Zeitmaß, der sich der Mentalkörper in jener fremden Umwelt ausgesetzt sah. Ich ziehe es vor, diese Exkursion ohne weiteren Kommentar zu schildern und überlasse es gern dem Leser, die Sphäre X spekulativ auszuloten. Das Erlebnis habe ich aus meinen älteren Aufzeichnungen aufgenommen.

Winter 1963

Nach einem kurzen, aber intensiven Sog befand ich mich plötzlich in einer Landschaft, in der eine für meinen Mentalkörper völlig unangemessene "Atmosphäre" herrschte. Ich stand auf einer hölzernen Brücke, die über einen Fluß führte, in dem ein dunkles Wasser träge dahinfloß (es könnte auch eine andere Flüssigkeit gewesen sein). Es lag ein mir fremdes, unerträglich nervöses Schwirren in der Luft. Eine große Zahl menschenähnlicher Wesen, die aber alle einen Kopf kleiner waren als ich, hasteten über die Brücke ans andere Ufer. Andere kamen mit erregten oder gar verzerrten Gesichtern zurück, und es gab ein heillooses Gedränge. Unwillkürlich taumelte ich im Mentalkörper zurück und hielt mich am Brückengeländer fest, um nicht mitgerissen zu werden. Ich hatte nicht den Eindruck, von jemand bemerkt zu werden war also in einer anderen Frequenz anwesend. Die Bewegungen dieser seltsamen Wesen mit brauner Hautfarbe waren sehr schnell, so daß ich sofort den Eindruck gewann, daß sie sich in einem anderen, von dem unseren verschiedenen Zeitmaß befanden. Zumindest ähnelte das Ganze sehr den Filmen von Anno dazumal, in denen alle Bewegungen noch sehr schnell und "eckig" abliefen. Ich war so verblüfft, ja fast erschrocken, über diese unerklärliche Szene, daß ich nicht daran dachte, einen telepathischen Kontakt mit den erregten "Hominiden" zu versuchen. Außerdem war ich ununterbrochen diesen hektischen, verwirrenden Strahlen ausgesetzt, die von überall her zu kommen schienen.

Nun sah ich am anderen Ufer (der Fluß war nur etwa 30 Meter breit) viele dieser Gestalten, wie sie mit eigenartigen Behältern von der Flüssigkeit schöpften und in großer Eile zu zwei hohen Türmen rannten, die auf einem sanft ansteigenden Hang standen, der sich vom Ufer aus weit nach hinten streckte. Die Türme hatten in ca. drei Meter Höhe eine Türöffnung, zu der vom Boden aus eine Art Freitreppe oder schiefe Ebene führte. In dieser Öffnung verschwanden jedenfalls die Wesen mit den Behältern. Andere stürzten heraus und rannten wieder zum Fluß. Alle schwirrten durcheinander und waren anscheinend unter höchstem Zeitdruck. Das einzige, was meine geistigen Sinne aufnehmen konnten, war das Gefühl einer nahenden Katastrophe, ich konnte mir aber die Art des bevorstehenden Unheils nicht erklären. Aus den ungefähr 20 Meter hohen, fensterlosen Türmen kam kein Rauch und auch sonst war nichts Auffallendes an ihnen zu bemerken. Für die Wesen schien jedoch viel von den fast primitiven Rundbauten abzuhängen. Durch die unerträgliche Strahlung, die jetzt verstärkt auf meinen Zweiten Körper prallte, sah ich mich gezwungen, das Feld zu räumen, und schoß in meine Physis zurück.

Anmerkung: Wenn Sie bei der Einordnung dieses Erlebnisses doch etwas ratlos geworden sind, möchte ich wenigstens kurz meinen Standpunkt äußern, um Sie auf die Weite der möglichen Deutungen aufmerksam zu machen: Ich halte es für unwahrscheinlich, daß es sich bei dieser Projektion um ein synchronistisches Phänomen gehandelt hat, sondern daß hier ebenfalls die Zeitreisen- Hypothese in Betracht kommt. Danach erhielten wir einen Einblick in die Vergangenheit oder die Zukunft irgendeines Planeten in unserem materiellen Universum (auch unsere Erde käme in Frage), oder aber

in eine Seinsebene des geistigen Universums, zu dem wir die Astralwelt rechnen müssen. Die Erkenntnis setzt sich immer mehr durch, daß viele, wenn nicht die meisten Erlebnisse außerhalb des physischen Körpers nicht synchron zu derzeitigen Gegebenheiten ablaufen. Innerhalb der Transzendenz sind Zeitverschiebungen, die von Stunden bis zu Jahrtausenden reichen können, keine außergewöhnliche Vorstellung mehr für uns. Ein mit Phantasie begabter Romanautor würde vielleicht folgende Deutung vorziehen:

Auf irgendeinem Planeten in den Weiten des Kosmos ist eine menschenähnliche Rasse in äußerste Bedrängnis geraten. Durch eine Naturkatastrophe oder eine entsprechende Veränderung großen Ausmaßes sind die Lebensbedingungen der über keine höhere Technik verfügenden Wesen fast auf den Nullpunkt gesunken. Die Atmosphäre ihres Planeten, der "Schutzschild", löst sich immer mehr auf. Die Dosis verderbenbringender Strahlen hat eine fast unerträgliche Stärke angenommen. Man baut in der Nähe von "Flüssen", die eine lebensnotwendige Flüssigkeit führen, Schutztürme und versucht unter die Erde zu gehen. Das Ausweichen auf einen anderen Himmelskörper ist nicht möglich usw.

Wurden durch den Todeskampf einer untergehenden planetarischen Menschheit so starke emotionelle Felder in die Transzendenz projiziert, die den Mentalkörper während seiner Exkursion geradezu anzogen? - Das wäre eine besonders tragische Deutung des Phänomens: Da es sich bei den Exkursionen aber nicht um Phantasieprodukte handelt, sondern um psychisch - experimentelle Erlebnisse, wird man auch der "Sphäre X" irgendeine tatsächliche Bedeutung beimessen müssen, auch wenn diese von der hier erwogenen abweichen sollte.

INS INNERE DER VIERTEN DIMENSION DIE STRUKTUR VERBORGENER RÄUME

Projektion vom 21. August 1974 - 3.15 Uhr

Nach dem Abheben aus der Physis durchdrang ich zuerst einige Raumbilder, in denen ich zwar Bewegung bemerkte, sonst aber nichts Bestimmtes erkennen konnte. Es war, als flöge ich durch wallende schwarze Wolken Schleier, die sich vor mir immer wieder teilten und seitlich auswichen.

Plötzlich wurde es hell, und ich sah aus etwa 50 Meter Höhe auf eine sehr belebte Straßenkreuzung. Farbige Autos und Busse kamen aus verschiedenen Richtungen, bogen nach links oder rechts ab; Fußgänger hasteten auf den Gehsteigen, blieben bei den Ampeln stehen; andere überquerten die Straße, während die Autos stockten. Ich sah genau von oben auf diese Szene, die in ihrer Beleuchtung einem hellen Tage glich. Die Häuser an den Straßen und auch alle anderen Dinge wurden mit großer Deutlichkeit wahrgenommen. Nachdem ich diesem hektischen Treiben einige Zeit erstaunt zugesehen hatte, brachen neue Frequenzen in das Gesehene ein.

Die ganze Szene begann jetzt zu wechseln, und ich fühlte, daß ich mich erneut in Bewegung befand, die mich durch seltsame undefinierbare Raumdimensionen führte.

Zum ersten Mal wurde mir der Begriff der "Vierdimensionalität" sinnlich erfahrbar.

Während ich in einem sanften Sog dahintrief, durchdrangen und überschritten sich ständig neue Bilder und Szenen. Verschiedene Häuser schwebten auf mich zu, aber nicht als ganze Komplexe, sondern in Fragmente zergliedert, deren Einzelheiten oft ganz nahe vor meine Augen kamen. Ich konnte die Farbe und Maserung der hölzernen Fensterrahmen aus nur etwa 30 Zentimeter Abstand genau betrachten. Dann sah ich wieder Dachziegel, Anbauten, Straßenlaternen, Eisenträger und viele andere Dinge, die sich in ständig durchdringender Bewegung befanden.

Alles wurde aber nicht nur unter mir gesehen, sondern auch über mir, seitlich, hinter oder vor mir. Vor irgendwoher drangen Baumkronen und Äste in die Szene; dann schwebte ich wieder durch weiße Blütenzweige, die über - all zwischen den immer wieder zerfließenden Teilbildern von Häusern, Dächern und Bäumen aufleuchteten. Beim geringsten Wunsch, eine der Blüten genauer zu betrachten, kam sofort ein Zweig bis dicht vor meine Augen und erlaubte das schärfste Erkennen aller Einzelheiten. Jetzt konnte ich

die f eine Äderung und grüne Farbe der Blätter, die weißen Blüten mit ihren gelben Staubbeuteln, ja selbst die kleinsten Strukturen bis in die letzten Feinheiten plastisch sehen.

Doch kaum bewundert, schwanden die Bilder wieder und neue fluteten in den imaginären Raum. Weiße Haufenwolken leuchteten auf, bewegten sich mit Bergrücken und Fichten auf mich zu, durchdrangen Häuser, Bäume und Blütenzweige und brachten ein neues Mosaik von Formen und Dingen mit, die ich bewußtseinsmäßig nicht alle erfassen konnte. Das ganze Geheimnis des außerphysischen Raumes schien sich mir zu offenbaren. Riesige Raumkuben, die alle neue Bilderwelten in sich bargen, durchdrangen sich ganz sanft und lautlos, als wäre unsere Vision aller Dinge und Welten nur ein großes Spiel. Es war mir unmöglich, meinen genauen Standpunkt inmitten dieses kubistischen Gemäldes auszumachen. Ebenso wenig konnte ich die Lage einer Bilderwelt im Verhältnis zur anderen bestimmen. Alle Begriffe der Orientierung waren aufgelöst. Oben und Unten, Richtung, Ferne und Nähe wurden mir zu einer Relation, die ich nicht mehr bestimmen konnte.

Auf einmal bahnte sich ein neuer Szenenwechsel an; das Gesehene verblaßte, es wurde dunkel um mich, und ich fühlte wieder die gleitende Bewegung meines Mentalkörpers. Ich glaubte, es ginge zurück zum physischen Körper; doch plötzlich wurde es hell um mich, ich sah nach unten und schwebte wieder über einer großen Stadt. Ein gewaltiges staubgelbes Häusermeer, das Netz der Straßen, Gehsteige, Menschen, Autos - alles in unbeschreiblicher Klarheit und Plastik. Weit am blassen Horizont Pyramiden, leichte atmosphärische Schleier - , die Reise ging zu Ende; ich fühlte mich wieder in den physischen Leib zurückgezogen. Meine Gliedmaßen und Gesichtsmuskeln waren etwas erstarrt; ich machte einige Mund - und Augenbewegungen, stand auf und begann zu schreiben.

Anmerkung: Wie plump muß doch der Versuch anmuten, Erlebnisse zu beschreiben, die sich kaum in Worte fassen lassen. Ich hoffte aber, daß ich einen ungefähren Eindruck des komplizierten mittleren Teiles der Exkursion vermitteln konnte. Es ist schade, daß man nicht auch das absolute Wirklichkeitsbewußtsein während einer Projektion dem Leser übertragen kann.

Daß Raum und Zeit große Geheimnisse in sich bergen, haben viele Forscher, Wissenschaftler, Philosophen und Künstler stets geahnt. Daß aber der Mensch in der Lage ist, mit seinen paranormalen Sinnen diese schwer vorstellbaren vierdimensionalen Bereiche eines unsichtbaren Universums zu erleben, darüber ist noch kaum etwas bekannt geworden. Wo die fünf Sinne des irdischen Leibes versagen, führen uns die geistigen Sinne in völlig neue Dimensionen der Wahrnehmung.

Die Beziehung der Formdurchdringungen in Raum und Zeit zu Problemen der Modernen Kunst wird dem aufmerksamen Leser nicht entgangen sein. Es liegt auf der Hand, daß die Maler die Welten und Räume vorausgeahnt haben, in die wir mit Hilfe der Mentalprojektion heute eindringen können. So war ihre Ahnung ein Prozeß intuitiver ASW. Weiteres über diese Probleme im Kapitel PSI und Kunst".

Die beiden Städtebilder der Projektion dürften auf Erdgebiet gelegen sein. Während das erstere (die belebte Straßenkreuzung) nicht zu lokalisieren ist, bietet sich beim zweiten (große staubgelbe Stadt mit Pyramiden in der Ferne) ein gewisser Anhaltspunkt, der uns nach Ägypten führt.

Während man im Mentalkörper meistens nur kurze, oft fragmentarische Einblicke in fremde Bereiche erlangt, so gibt es doch auch ausführliche Exkursionen, die einem bei gründlicher Analyse sehr viel über andere Seinsschichten erzählen können. Ein derartiges Erlebnis aus jüngster Zeit, das ich in einer bestimmten Frequenz der hypothetischen "Nachtodwelten" hatte, sei hier noch berichtet.

PROJEKTION IN DIE SPHÄRE DES VERGESSENS
EIN LAND OHNE NAMEN

23. Oktober 1973 - 5 Uhr

Diesmal bewegte ich mich außergewöhnlich lange im Sog. Nach grober Schätzung dürfte es etwa eine Minute gewesen sein. Die Augen hielt ich geschlossen und merkte, wie die Bewegung erst steil nach oben ging, danach wechselte die Richtung ohne das mindeste Zutun von meiner Seite und ging in einen Horizontalflug über. Nach einiger Zeit kamen mir Bedenken wegen der Länge des Fluges, bei dem ich ein leises "Luftrauschen" um mich verspürte. Kurz darauf sank ich aber deutlich ab, und die Bewegung kam plötzlich zum Stillstand. Jetzt spürte ich Boden unter den Füßen.

Erst lauschte ich einige Sekunden in gespannter Erwartung; dann öffnete ich die Augen. Ich stand an einer Straßenbiegung, die an einem sanften, grünen Hang in ein weites Tal hinab führte. Auf der anderen Seite der Straße erstreckte sich ein Waldgebiet mit hohen Fichten fast bis zum Horizont. Zur Linken des Gesichtsfeldes waren weite, grüne Wiesen. Ich wendete mich nun dem Tal zu und sah an seinem Ende eine herrliche Gebirgskette mit hohen, felsigen Gipfeln, in deren Rillen und zerklüfteten Senken weiße Schneereste leuchteten. Die Spitzen einiger Berge waren in imposante Wolkenbildungen und Nebelfetzen eingehüllt, die zum Teil auch bis in die tieferen Lagen reichten. Im Tal selbst gab es viele kleine Häuser zu sehen; es mußte sich hier also um ein kleines Städtchen oder eine Ansiedlung handeln.

Alles strahlte in leuchtenden Farben, und ich fühlte, daß Ruhe und Frieden, aber auch eine gehobene und fröhliche Stimmung hier herrschten. Ich versenkte mich leicht im Energiekörper und versuchte mir bewußt zu machen, daß ich noch derselbe war.

Daraufhin stellte ich mir mit nach innen gekehrtem Blick die Frage: Wer bin ich? Dies wiederholte ich einige Male und bemerkte, wie das Bewußtsein meines Selbst eine außergewöhnliche Schärfe und Klarheit erreichte. Ich erkannte, daß ich genau der gleiche war wie im Alltagsleben und mir eigentlich nichts fehlte. Meinen Körper fühlte ich so deutlich, als ob ich im physischen wäre.

Ich bewegte mich nun die Straße abwärts in Richtung der ersten Häuschen, die in ca. 100 Meter Entfernung am Rande der Siedlung zu sehen waren. Viele hatten rote, andere braune Dächer. Die Straße, die jetzt gerade hinabführte, war an der linken Seite mit Büschen und einzelnen Bäumen bepflanzt. Auf halber Strecke zur Siedlung hörte das Buschwerk auf, und ich sah einen Weg nach links abbiegen. Von hier aus konnte ich jetzt das ganze Tal übersehen und merkte, daß die gewaltige Bergkulisse sich fortsetzte, soweit das Auge reichte. Auch davor waren einzelne Wölkchen und neblige Partien zu sehen. Die Ansiedlung streckte sich mit vielen Gärten und Grünflächen im Tal dahin. Beim genauen Betrachten der Berge bemerkte ich plötzlich, wie einzelne Ausschnitte, auf die ich mich gerade konzentrierte, nahe vor meine Augen kamen. Jetzt konnte ich die ganze Schönheit der zerklüfteten Felsstrukturen deutlich erkennen. Staunend sah ich über das sonnige, von innen heraus leuchtende Tal und konnte es kaum fassen, in einer Welt zu sein, die der unseren in so vielem ähnelt und doch so grundlegend anders erlebt wurde.

Nun bewegte ich mich weiter auf dem Weg, der nach links abbog, und bemerkte jetzt, daß ich eigentlich nicht "gelaufen" war, sondern höchstens beim genauen Beobachten ein paar mentale Schritte gemacht hatte, im nächsten Augenblick aber wieder dicht über dem Boden dahinschwebte. Es war ein ständiges Wechseln von mentalem Gehen, Gleiten und Schweben. Vom jetzigen Standpunkt konnte ich zwei Straßenschilder vom Rande der Siedlung bis nahe vor meine Augen heranziehen, ohne daß ich mich von der Stelle bewegt hätte. Auf einem las ich einen konkreten Straßennamen, der sich auf einen Berg bezog, mir aber nach der Projektion nicht mehr einfiel. Auf dem anderen Schild stand ein längeres Wort, in dem aber die einzelnen Silben vertauscht zu sein schienen. Es könnten auch willkürlich aneinandergereihte Wortfragmente oder Silben gewesen sein, die mir ein Entziffern unmöglich machten.

Ich näherte mich nun zögernd einem kleinen Häuschen, das an einem grünen, niedrigen Hang stand; der Weg ging rechts am Haus vorbei. Auf dem Vorplatz sah ich eine kleine Gruppe von Männern stehen, die sich anscheinend in angeregter Unterhaltung befanden. Etwas abseits der Gruppe stand ein blonder, ca. 40 Jahre alter Mann, von dem ich fühlte, daß er der Hauseigentümer war. Von der Schönheit des Tales und der Berge überwältigt, fragte ich den Mann, ob er mir sagen könne, wie dieses Städtchen hieße, denn ich war der Meinung, daß es sich hier um eine ganz bekannte Gegend handeln müsse. Er gab mir aber keine Antwort, sondern sah mich nur verständnislos an. Ich fragte ihn, indem ich auf die herrlichen Berge wies, ob er mir nicht deren Namen sagen könne, und fügte hinzu, daß hier doch ganz berühmte Gipfel darunter sein müßten. Er sah ratlos auf die Berge, bewegte unschlüssig seinen Kopf und konnte mir, wie ich sah, keinen einzigen Namen nennen.

Ich drang erneut auf ihn ein, weil ich wußte, wie selten eine Projektion von dieser Zeitdauer zu schaffen ist und weil ich doch etwas Genaueres erfahren wollte: "Können Sie mir wenigstens den Namen des Landes sagen, in dem sich dieses Städtchen befindet? - Oder ist es eine Voralpengegend in Bayern?" drängte ich ihn. Er dachte angestrengt nach, schüttelte aber den Kopf. Ich merkte erneut, daß er mit meinen Fragen nicht viel anzufangen wußte. Ich sah ihm in die hellen Augen und fragte weiter: "Ist es vielleicht die Salzburger Gegend?" Daraufhin wurde er sehr erregt, seine Augen begannen zu leuchten - , es schien etwas in ihm aufzutauen. Plötzlich sagte er zu mir: "Mozart - Mozart - ja - Mozart!" Im Augenblick war ich ganz verblüfft, weil ich nicht wußte, was er damit eigentlich sagen wollte. Doch allmählich dämmerte mir (das Erinnern an konkrete Daten der physischen Welt ist vom Mentalkörper aus oft sehr schwer), daß Mozart ja in Salzburg geboren wurde, und daß meine Frage nach der Salzburger Gegend ihn zu dieser Antwort veranlaßt hatte.

Ich sagte schnell zu ihm: "Kennen Sie Mozart? Was wissen Sie von ihm?" Ich fühlte, wie er sich anstrengte und in seinem Gedächtnis nach irgend etwas suchte; aber nach einer kurzen Weile schüttelte er wieder mit dem Kopf und zuckte unschlüssig mit den Schultern. Es schien, als seien für einen Augenblick längst verschüttete Fragmente der Erinnerung in seinem Bewußtsein aufgetaucht, um im nächsten Moment wieder in Urgründe des Unbewußten zu versinken.

"Wie lange leben Sie denn schon hier?" fragte ich weiter. Er blickte zu Boden und schwieg auf diese Frage eine ganze Weile, dann sagte er: "Schon sehr lange!" Ich merkte, daß es keinen Sinn mehr hatte, noch länger in ihn einzudringen. Immer deutlicher wurde mir bewußt, daß ich hier in keiner irdischen Gegend gelandet war wie ich zuinnerst eher noch vermutet hatte, sondern daß ich mich in einer Landschaft des Jenseits befand, der Astralwelt oder dem Reich der Toten.

Nun wandte ich mich der Gruppe von fünf oder sechs Männern zu, die sich einige Meter hinter mir unterhielten und fragte sie: "Könnt Ihr mir nicht sagen, wie diese herrlichen Berge heißen - diese Gegend, das muß doch alles einen Namen haben!" Die Männer sahen abwechselnd auf die Berge, dann auf mich, dann sprachen sie untereinander, sahen wieder auf die Berge, zuckten mit den Schultern, schüttelten die Köpfe und wußten mit meiner Frage nichts anzufangen. Wieder fragte ich: "Kennt denn keiner den Namen dieses Gebirges?" Da antworteten zwei oder drei etwas zögernd, indem sie auf das Gebirge zeigten und dann zu mir sahen: "Es gibt hier viele solche Berge und Gegenden!" Nun wußte ich endgültig, daß für diese Menschen Zeit, Namen und scheinbar auch der Raumbegriff im weiteren Sinne nichts mehr bedeuten; daß sie hier einfach leben, weil sie sich wohl fühlen und es auch nicht anders kennen. Sie verbringen ein Sein schlichter und träger Wünsche und Emotionen, wie sie es vielleicht auch schon vor dem Tode getan oder gesucht haben.

Wieder blickte ich über das schöne Tal und die in duftige Wölkchen gehüllten Berggipfel und erkannte deutlich, daß alle Erscheinungen und Dinge dieser Landschaft aus

"Astrallicht" gebildet waren. Ich befand mich mitten in einer geistigen Welt. Mir wurde klar, daß diese Menschen immer nur im "Jetzt" leben und wahrscheinlich nicht mehr genau wissen, was sie "gestern" getan haben oder "morgen" zu tun gedenken. Ich weiß nicht, was in ihnen vorgeht, welches Bewußtsein sie haben. Sie scheinen den alten Normen des physischen Lebens ferngerückt zu sein.

Der Himmel über dem Gebirgstal schien mir seltsam kulissenhaft, als ob er die Begrenzung einer Innenwelt wäre; ein Himmel, hinter dem es keinen "Raum" zu geben schien. Das Licht kam nirgendwo her, es war keine ausstrahlende Quelle zu erkennen; darum gab es auch keine Schatten. Alle Dinge waren selbst aus farbigem Licht geformt. Ich bewegte mich gleitend wieder zurück zur Hauptstraße und sah dort mehrere Menschen in einer geschlossenen Gruppe in Richtung Siedlung gehen. Es waren auch jüngere Frauen und Männer dabei. Alle hatten, so schien es, ihre Sonntagskleider an, und ich fühlte in der gehobenen Stimmung, daß irgendein besonderer Anlaß zu dieser seltsamen "Prozession" vorhanden war. Alle plauderten, lachten und waren guter Laune. Ich gesellte mich zu der Gruppe in der Hoffnung, doch noch etwas Näheres zu erfahren. Während wir alle so zwanglos dahingingen, kamen wir an einem Garten vorbei, der an der linken Straßenseite etwas tiefer gelegen war. Dort saß ein junger Mann mit einem Mädchen an einem Tisch; sie aßen von verschiedenen Gerichten, deren Art ich nicht genau erkennen konnte. Als sie uns sahen, winkten sie uns ausgelassen und fröhlich zu. Neben mir ging eine sympathische, dunkelhaarige Frau "mit nach hinten gesteckter Frisur. Sie mochte etwa 30 Jahre alt gewesen sein. Ich fragte sie - ohne meinen Kopf zu ihr zu wenden - ob sie mir sagen könne, wie dieses Städtchen oder dieses Land hieße. Sofort spürte ich aber die mentale Unruhe, die in ihr auf wallte. Sie rang mit einer Erwidern. Schließlich antwortete sie sinngemäß durch Telepathie: "Warum fragen Sie? - Ich kann Ihnen keine verständliche Antwort geben - ich weiß nicht was Sie meinen! Inzwischen war unsere Gruppe an einem älteren Haus angelangt, zu dessen erhöhter, offenstehender Tür einige Treppen führten. Als die ersten durch diese Tür ins Gebäude gingen, entschloß ich mich, einfach mitzugehen. Nach einem kurzen, etwas dunkleren Gang gelangten wir in einen hohen Raum, in dem sich viele Bänke befanden. Ich ging der Frau nach, die mich auf der Straße begleitet hatte und setzte mich an ihre rechte Seite auf eine dieser Bänke. Die anderen Leute nahmen Platz, wo sie ihn gerade fanden.

Der Raum wurde von mehreren Glaswänden unterteilt, die überall zwischen den Bankgruppen standen. An den Händen aus kristallinem Glas waren einige regalartige Ablagen befestigt, die auch gläsern aussahen. Etwa zwei Meter vor mir stand ebenfalls so eine durchsichtige Wand, auf deren Ablage sich mehrere Vasen mit Blumen, Kerzenständern und kleineren Figuren befanden. Ich fühlte, daß dieser Raum zu einer Art Andacht bestimmt war, konnte mir aber nicht erklären, in welcher Form diese Verehrung geschehen sollte und wem sie hier dargebracht würde. Ich suchte nach einem Altar, fand aber keinen. Nichts in diesem Raum deutete auf seine genaue Bestimmung hin. Überall Bänke, Glaswände, Blumen. Sollte die Verehrung etwa den Blumen gelten, die so auffällig von den Sitzgelegenheiten aus zu sehen waren?

Jetzt besah ich mir die Blüten in einer Vase genauer und erkannte, daß sie aus dem gleichen "Astrallicht" gebildet waren wie die Blumen zu Hause auf dem Fensterbrett, als ich die Zimmerexkursionen machte. Sie hatten leuchtende und schillernde Farben; in ihrer Gestalt aber erkannte ich wieder die seltsamen Mischformen von verschiedenen, wohl aus Gedanken gebildeten Blüten. Ich kann also nicht sagen, ich hätte eine Rose gesehen oder eine Nelke, sondern ich sah Blumen der Phantasie, die aus verschiedenen bunten Blüten zusammengesetzt waren in Form eigenwilliger, zarter Kompositionen, in denen man den Geist von Rose, Nelke, Tulpe oder Lilie in einer schöpferischen Lichtvision vereint sah. Jetzt begann mir die nebenan sitzende, dunkelhaarige Frau durch Telepathie etwas zu übermitteln. Sie sprach von einem Mädchen oder einer Tochter und wies mich an, zum Eingang zu sehen, durch den immer noch Besucher hereinkamen.

Plötzlich klopfte es aber laut an meine Zimmertür. Ich schoß sofort in meinen physischen Körper zurück und hörte meine Mutter sagen: "6 Uhr - aufstehen!" Auch diesmal gab es kein Erwachen in der Physis, weil mein Bewußtsein immer das gleiche war und durchgehend aufrechterhalten wurde. Lediglich die Körperschwere stellte sich wieder ein, wie ich schon an anderer Stelle beschrieben habe. Die Relativität der Mentalbewegung im Verhältnis zum Bewußtsein wurde auch bei dieser Projektion in der langen Sogphase am Beginn und dem blitzartigen Eintauchen am Schluß wieder deutlich empfunden.

Anmerkung: Besonders hervorheben möchte ich, daß mir die Einzelheiten der Projektion fest ins Gedächtnis graviert sind. Selbst Wochen oder Monate später stand alles noch so farbig vor mir wie zur Zeit des Erlebnisses. Nicht einmal vom Alltag kann man das behaupten, weil man die meisten Erfahrungen der letzten Tage und Wochen, die nicht sehr wichtig waren, bereits vergessen hat.

Sollte es sich hier - ich zweifle nicht daran - um eine Sphäre des "Schauplatz II" handeln, wie der Amerikaner R. Monroe das mittlere "Jenseits" bezeichnet hat, so erkennt man deutlich, wie wichtig eine möglichst umfassende Bewußtseinsweiterung noch zu Lebzeiten ist; denn nach dem Tode bleibt einem vorerst nur die Seinsschicht zugewiesen, die man mit dem Umfang und der spirituellen Weite des in der Materie erreichten Bewußtseins aufnehmen kann. Besonders wichtig erscheint mir deshalb eine klare Kultur des Denkens, des Vorstellens, eine Entfaltung der abstrakten Intuition, eine Intensivierung des Bewußtwerdens seines "Selbst" noch im diesseitigen Leben. Denn diese Dinge sind es, die man mit "hinüber" nehmen kann und die einem "dort" weiterhelfen werden, in höhere Schichten der geistigen Abstraktion, des kosmischen Seins aufzusteigen.

Man kann sich leicht vorstellen, daß eine allzu niedrige und egoistische, eine fanatische oder auch nur eng begrenzte Bewußtseinslage und Intuition in diesen geistigen Welten zu einem großen Hindernis in Richtung endgültiger Befreiung werden kann. Ich halte es für möglich, daß diese Individuen wieder nach einem materiellen Dasein trachten, weil ihnen ein Aufsteigen in höhere geistige Seinsschichten von der Astralsphäre aus - man kann sie benennen wie man will - auf Grund der niederen Bewußtseinslage nicht möglich ist.

Die Entfaltung des Bewußtseins der Freiheit im Menschen sollte schon in der Schule angestrebt werden. Ebenso das Formen harmonischer, aufbauender und kristallklarer Gedankenstrukturen. In einer Welt, in der Gedanken und Emotionen alles sind, gehören die eben erwähnten Eigenschaften, zu denen sich natürlich noch die Liebe zu allen Wesen gesellen muß, zur Basis weiterer Entfaltung nach der Auflösung der Physis. Wenn die eben geschilderte "Sphäre der Vergessens" wirkliche Substanz besitzt (aus welchen Gründen sollte man daran zweifeln?) und einen bestimmten Seinszustand Verstorbener darstellt, so erkennt man, daß es in der Astralwelt Ebenen gibt, in denen die Menschen ihr "

altes Leben mit all seinen Bindungen vergessen müssen. Nehmen wir einmal an, ein Mensch war im diesseitigen Leben "Wissenschaftler"; nach dem Tode muß er aber feststellen, daß sein mühsam angehäuften Wissen immer mehr zerbröckelt, sich immer mehr auflöst; nicht weil er es so will, sondern weil die Natur es so vorgesehen hat. So sehr er sich auch bemüht, in Kontakt mit noch Lebenden zu kommen - erschafft die Kommunikation nicht, und wenn, dann doch nur in symbolisch verschlüsselten Fragmenten, die schon den Mangel an seinem Erinnerungsvermögen deutlich werden lassen und für die Hinterbliebenen - sollten sie die Verbindung durch ein geeignetes "Trancemedium vermittelt bekommen - nicht mehr eindeutig aufzunehmen sind.

Indessen gibt es genügend Berichte, in denen behauptet wird, Verstorbene hätten sich durch ein Medium gemeldet und klar verständliche und logische Botschaften aus dem "Jenseits" übermittelt, mit denen sie ihre Person einwandfrei legitimieren konnten. Wenn das stimmt, so kann man eben annehmen, daß es in der Astralwelt Seinsebenen gibt, in denen sich die Bewohner ihres neuen Zustandes besser bewußt sind, als dies in der "Sphäre des Vergessens" der Fall zu sein scheint.

Unser "Wissenschaftler" bemerkt also nach dem Tode, daß sein Erinnerungsvermögen an das "Gewesene" immer mehr schwindet, daß es nur noch fragmentarisch im Bewußtseinsraum enthalten ist. Er kann keine sinnvollen Beziehungen mehr knüpfen zwischen seinem verflissenen Leben, das er gelegentlich noch ahnt, und seinem neuen Zustand, in dem er in neue Erfahrungen eingeführt und geleitet wird, die er vielleicht im "Leben" nie bewußt gesucht hat. Er bemerkt plötzlich andere Seiten seiner Seele, die er früher vielleicht mißachtet oder unterdrückt hat, die aber jetzt den Vordergrund seines Bewußtseins einzunehmen beginnen. Er wird seiner "Spezialisierung" enthoben, von ihr befreit, und seine Gefühle und sein Denken werden allumfassenderen, universelleren Seinszuständen zugeführt, in denen die alten Erfahrungen und Gedankenketten nur ein hinderlicher Ballast wären.

Viele sehen aber heute noch in dem Umstand, daß sich verstorbene Wissenschaftler nach dem Tode nicht durch ein Medium melden und einen umfassenden Bericht der Nachtodwelten abliefern, den Beweis dafür, daß der Mensch den Tod nicht überlebt. Nach ihrer Meinung müßte etwa ein "Einstein" im Jenseits noch fleißig an seinen Problemen rechnen und nur darauf warten, seine neuesten Erkenntnisse der irrenden Menschheit zu unterbreiten. Aber liegt nicht gerade im Vergessen alter, verhärteter Ideen und Bewußtseinskreise, im Zersprengen zeitlicher Bindungen und Ketten die große Chance zur Befreiung für jedes Individuum? Wird nicht dieses völlige Gehenlassen des Unzulänglichen zum Quell innerer Reinigung, in dem der Verstorbene, wenn er auf Grund seines lichten "Seelenstatus" geeignet ist, vorbereitet wird für Seinsschichten höchster Seligkeit und Abstraktion? Welten, in denen alles Berechnende und "Rationale" abgelegt sein muß und nur noch die Hingabe an das Höchste verlangt wird, die sich in der Geborgenheit

und im Erblühen des "Selbst" vollendet. Welten, in denen Zahl und Zwang aufgelöst sind in vollendete Harmonie von Farbe, Klang und letztlich nur noch "Sein".

DIE FUNKTION DES GEISTIGEN SEHENS WÄHREND EINER EXKURSION STRUKTUREN UND PROBLEME

Wer der Meinung ist, die Dinge und Erscheinungen in den mentalen Frequenzen seien von so fester und objektiver Realität wie in der Materie und durch die geistigen Sinne so eindeutig und klar aufzunehmen wie bei uns etwa ein Stuhl oder Tisch, der müßte zunächst enttäuscht sein, wenn er seinen physischen Körper verlassen könnte, um die entsprechenden Vergleiche anzustellen.

Das Sehen im Mentalkörper ist in seiner Struktur und Funktion überaus vielschichtig und ein Prozeß, der ständig neue Facetten sichtbar werden läßt. Bei meinen Exkursionen konnte ich immer wieder bemerken, daß dieses geistige "Sehen" nicht ohne weiteres als ein optisches Abtasten der Objekte interpretiert werden kann, so wie es in der Materie durch unsere physischen Augen geschieht. Der Mentalkörper hat zum Sehen und Erkennen keine physischen Augen zur Verfügung, sondern ist mit geistigen Wahrnehmungsorganen ausgerüstet. Zwar sind die physischen Augen im Geistkörper bis in die letzten Feinheiten nachgebildet, aber es ist sehr fraglich, ob das geistige Sehen von diesen "Zweitaugen" primär abhängig ist.

Aber die Natur und Art des geistigen Wahrnehmungsmechanismus ist von verschiedenen Forschern schon viel spekuliert worden. Die Wissenschaft von den außersinnlichen Wahrnehmungen (ASW die Parapsychologie, hat für das Phänomen des geistigen Sehens, wie ich es bei meinen Exkursionen erfahren habe, im wesentlichen zwei Worte zur Hand, mit denen das Gebiet der psychischen Bildübertragung umrissen wird, nämlich Telepathie und Hellsehen (allenfalls noch Psychometrie).

Durch verschiedene außerkörperliche Erfahrungen wurde mir jedoch klar, daß eine scharfe Trennung der Begriffe in der Praxis nicht erkannt werden kann und zu Fehlinterpretationen bei der Einschätzung und Einordnung mancher PSI - Phänomene führen könnte. Der Gedanke, daß Telepathie, Hellsehen, Hellhören, Psychokinese und

Präkognition sozusagen ein "Eigenleben" führen und getrennt behandelt werden müßten, ist mir immer fremd erschienen, Ich glaube, daß allen außersinnlichen Wahrnehmungen, Erscheinungen und Vorgängen eine einzige Kraft zugrunde liegt, nennen wir sie ruhig eine "Feldkraft", die in ihrer Wirkung und ihrem Einflußbereich sehr dehnbar, flexibel und vielseitig ist und sich durch verschiedene geistige Sinne auf unterschiedliche Weise bemerkbar machen kann.

Während einer Exkursion wird man den Eindruck nicht los, daß die gesehenen Erscheinungen in einer seltsamen "Symbiose" zum eigenen Denken und Bewußtsein stehen. Wenn man den physischen Körper verlassen hat, so hat man zwar vorerst den Eindruck, man sähe mit seinen "physischen Augen", aber sehr bald merkt man, daß doch völlig neue Sinne beim Erkennen der mentalen Erscheinungen im Spiele sind, und vielfältige Unterschiede zum herkömmlichen Sehen werden einem bewußt. Fühlen, Denken und emotionelle Wallungen sind nicht ohne Einfluß auf die gesehenen Erscheinungen. Ein derartiger Einfluß ist aber nicht prinzipiell wirksam und kann deshalb nicht zur Regel erhoben werden; denn viele Dinge, die man bei einer Exkursion sieht, haben sich als dermaßen resistent gegen eine Beeinflussung durch den bewußten Willen erwiesen, daß auch hier wieder das Doppelgeist deutlich wird, mit dem wir beim außerkörperlichen "Sehen" immer wieder konfrontiert werden.

Ein begrenzter Einfluß auf das Gesehene wird aber nicht nur durch die oben erwähnten, bewußten Faktoren - Fühlen, Denken, emotionelle Wallungen und anderes bemerkt, auch völlig unterbewußte Bildkräfte spielen in den Sehvorgang hinein. Als Beispiel sei gesagt, daß sich oft Erscheinungen vor dem "geistigen Auge" manifestieren, die überhaupt nicht zu der Szene oder Umgebung passen, in der sich der Mentalkörper gerade befindet. In meinem Bericht beschrieb ich, wie ein Haus im Garten auftauchte, das in Wirklichkeit nicht vorhanden war. Das Haus hatte sich noch nicht völlig aus dem "Astrallicht" aufgebaut; so gelang es mir, da ich die Täuschung sofort erkannte, eine Auflösung der Vision durch meinen bewußten Willen zu erreichen. Ein Beweis dafür, daß die eigenen, konzentrierten Gedanken Einfluß auf die mentalen Lichtformen ausüben können.

Derartige, nicht zur Szene passende Visionen, die sich meistens schnell, zuweilen aber auch langsam aus dem psychischen "Energiefeld" entwickeln, sind wohl am besten durch den Begriff einer "Frequenzvermischung" zu erklären. Der Mentalkörper hat es noch nicht gelernt, die einzelnen sich durchdringenden Schwingungsfelder sauber zu trennen. Es ist schwer zu sagen, ob diese "Fehlvisionen" durch unterbewußte Bildkräfte aus der eigenen Psyche induziert werden, oder aber als selbständige Objekte einer anderen Wirklichkeit ins Bewußtsein treten, aus einer Seelenwelt, die von der Wissenschaft noch nicht nachgewiesen werden konnte und sich bis jetzt nur empirisch erkennen läßt. Alle bisherigen Erfahrungen deuten auf die letztere Möglichkeit hin.

Aus den Erlebnissen dieses Berichtes läßt sich grundlegend herauslesen, daß man im Zweiten Körper mehr mit dem Bewußtsein sieht; man erblickt die sich aus dem Energiefeld entwickelnden geistigen Lichterscheinungen und merkt sehr deutlich: wenn das Bewußtsein nicht ganz klar ist, ist auch mit der Qualität des Sehens nicht viel los.

In bezug auf die Zimmerexkursionen stellt sich uns nun die Frage: Wie kann der Mentalkörper die wirklichen, materiellen Gegenstände des Zimmers sehen? Dazu brauchte er physische Augen. Die Abtastung der echten Dinge des Zimmers während einer Exkursion muß mit neuen und noch weitgehend unbekanntem Sinnen geschehen, die mehr mit einem Radargerät zu vergleichen wären als mit einem Fotogerät. Denn würde der Prozeß der mentalen Bilderfassung über ein geistig - optisches Sehorgan geleitet, dann wäre die große Menge Fehlerquellen nicht zu erklären, die während einer Exkursion fast zur lebendigen Begleiterscheinung gehören:

Diesen Fehlerquellen sollten wir noch mehr unsere Aufmerksamkeit zuwenden; schließlich wird auch die Parapsychologie bei der Erforschung von Telepathie und Hellsehen laufend mit dem Problem konfrontiert. Die Abweichungen vom objektiven, tatsächlichen Zustand'

der Erscheinungen beziehen sich ja nicht nur auf das Große und Ganze, denn hier schon stimmen die Bezugspunkte im Raum nicht genau; das gilt für die Tiefenausdehnung, aber auch die seitlichen Abstände der Raumobjekte. Fast alle Koordinaten einer bekannten Landschaft oder eines Zimmers können vom Mentalkörper aus als "schwimmend", oft sogar als willkürlich bezeichnet werden. Ich gebe jedoch zu, daß man bei unkritischer Beobachtung seine im Geiste gesehenen Landschaften als annehmbar richtig auffassen mag.

Zuweilen wird auch tatsächlich eine gute Bild - und Objekterfassung erreicht, die einen hohen Annäherungswert an die physischen Gegebenheiten bietet. Es ist aber nicht nur das Große und Ganze, das vom Zweiten Körper nicht "optisch" registriert wird, auch im Detail waren wie der Bericht zeigte - viele Veränderungen vorhanden. Manches wurde gesehen, was in Wirklichkeit nicht vorhanden war oder an anderer Stelle stand. Vieles war nicht zu sehen, das in Wirklichkeit da sein mußte. Anderes wieder wurde vereinfacht oder symbolisch verschlüsselt vom Mentalkörper aufgenommen.

Nun könnte der Leser auf Grund der scheinbar komplizierten Struktur des geistigen Sehens zu der Anschauung gelangen, eine im Mentalkörper vor dem Haus gesehene Landschaft baue sich hauptsächlich aus der Erinnerung mit Hilfe der Gedankenbildekraft auf. Eine' derartige Meinung wäre ein grober Trugschluß, wie ich gleich darlegen werde. Es mag wunderbar klingen, aber der Mentalkörper nimmt auch eine Landschaft, die er noch nie gesehen hat, mit der gleichen Übereinstimmung, und auch, den gleichen Fehlerquellen auf, wie dies bei einer wohlbekanntem Landschaft vor dem Haus der Fall ist. Weiterhin könnte der Leser den Eindruck erhalten, daß der Zweite Körper unter diesen schwimmenden Voraussetzungen beim geistigen Sehen die Objekte sehr verschwommen und ungenau wahrnimmt. Das Gegenteil ist der Fall. Alle Dinge und Erscheinungen werden mit größter Schärfe und Klarheit, brillanter Plastik und leuchtender Farbe gesehen; vorausgesetzt, daß das Bewußtsein klar ist und das Sehen durch keine Störfaktoren getrübt wird. Denn nicht immer macht das Bewußtsein mit; manchmal kommt es vor, daß man zwar einzelne Dinge "sieht", aber nicht bewußtseinsmäßig "erkennt", die Objekte nicht als ein Bestimmtes oder Bekanntes aufnimmt.

Nachdem wir nun erkannt haben, daß die geistige Wahrnehmung nicht nach so eindeutigen Regeln und Gesetzen abläuft, wie es beim optischen Sehen der Fall ist, so sind wir genügend vorbereitet, eine interessante und wichtige Seite mentaler Fähigkeiten noch einmal verschärft unter die Lupe zu nehmen, auf die ich im Bericht schon hingewiesen habe - nämlich. die Entwicklung und Beeinflussung geistiger Formen durch die eigene Gedankenbildekraft.

Es mag erstaunlich klingen, daß sich manche im Mental gesehene Dinge und Lichterscheinungen durch den bewußten Willen verändern oder gar entwickeln lassen; aber tatsächlich hat sich diese Fähigkeit beim geistigen Sehen erwiesen und kann geradezu als Grundeigenschaft aufgefaßt werden, die aber - man kann es nicht genug betonen - auf engste mit Willen und Bewußtsein verflochten ist. Denn, daß in den mentalen Frequenzen Sehen und Handeln in einem "Gedankenstoff" vollzogen wird, kann man an folgendem Beispiel der Entwicklung einer "astralen Blüte" gut verfolgen: Man befindet sich im Zweiten Körper und betrachtet zum Beispiel eine Blume. Es ist in den Morgenstunden, und das Licht ist der Wirklichkeit entsprechend schwach und die Farben grau. Unabhängig davon, ob man die Blüte nun als richtig oder mit Fehlern behaftet wahrnimmt, konzentriert man sich fest darauf, Farben zu erkennen. Es wird nicht lange dauern, so beginnt die Blüte heller zu werden -, ist aber zunächst immer noch silbrigweiß und blaß. Bei weiterem, konzentriertem Wunsche, Farben zu erkennen, beginnt sich die Blüte jetzt purpur zu röten; erst etwas zaghaft, dann aber deutlich schneller. Plötzlich erglüht die Blüte in einer nicht zu beschreibenden Leuchtkraft und Schönheit der Farben, wie sie tatsächlich in der Materie nie gesehen werden, denn die geistig induzierte Blüte erstrahlt im Licht des reinen Bewußtseins. Auch sind die geistigen

Farben auf der Höhe ihrer Entfaltung weit leuchtender als die reinen prismatischen Farben und außerdem von einem Glänzen und Schillern erfüllt, wodurch eine geradezu "materielle" Verdichtung suggeriert wird, die an Plastik und Schärfe den natürlichen Eindruck noch übertrifft.

Eine durch die Gedankenbildekraft entwickelte Blüte kann mit den Fingerspitzen vorsichtig betastet werden und ist so zart und "materiell" wie irgendeine Blume in unserem physischen Seinsfeld. Bei dieser Beschreibung hatten wir in erster Linie eine Entfaltung der Farbe, also ein Erglühen beobachtet. Die Gedankenkraft wirkt aber nicht nur auf die Farbe der mentalen Erscheinungen, sondern auch auf deren Form. Jedoch hängen Form und Farbe im "Astrallicht" so eng zusammen, daß sich die Begriffe eigentlich nicht trennen lassen. Farbe ist hier gleich - □ zeitig Form; Form besteht aus farbigem Licht.

Bei der bildhaften Darstellung einer Blüte (*Impatiens sultani*) wird gezeigt, wie sich auch bei gutem geistigen Sehen nur ein ungefähres Abbild der Wirklichkeit herauskristallisiert, wobei oft einzelne Details kaleidoskopartig an falscher Stelle erscheinen, die aber manchmal durchaus sinnbezogen sind, zum Beispiel haben sich an den Stengeln der Pflanze Stacheln entwickelt, die in Wirklichkeit nicht vorhanden waren, sondern "ideell" aus den feinen Härchen geschöpft sind, die ursprünglich die Blattränder einsäumten. Außerdem zeigt die Darstellung, wie sich beim geistigen Sehen um eine Blüte durchaus neue oder mehr Blütenblätter bilden können, als es in Wirklichkeit der Fall ist. Diese zusätzlichen Formen werden ebenfalls durch unterbewußte Gedankenbildekraft aus dem Astrallicht induziert.

Vom biologischen Standpunkt aus ist eine derartige Blüte ein Paradoxon. Man kann sich vorstellen, welche Fülle von neuen Formen in den mentalen Frequenzen existieren, wenn der menschliche Geist dort wirken kann, als sei er selbst zum Schöpfer geworden. Aber vielleicht sehen wir gerade in diesen Vorgängen der Bildwerdung durch die Gedankenbildekraft in die geheimste Werk - . statt der Natur und ihrer Archetypen, ohne uns dessen völlig bewußt zu sein.

An einem anderen Beispiel werden wir jetzt erkennen, daß sich eine Bildwerdung immer vom Einfachen zum Detaillierten, vom Archetyp zur fertigen Form entwickelt.

Ich befand mich außerhalb des physischen Körpers auf dem Balkon und sah auf das Nachbarhaus. Beim ersten Blick erkannte ich das Gebäude nur im groben Umriß; die Farben waren - der Morgenstunde entsprechend trübe und grau. Bei genauerem Hinsehen entwickelte sich schnell Fenster, die aber an falscher Stelle waren und wie schwarze Löcher aussahen. Das Unterbewußtsein scheint hier ganz kurz den Archetyp oder das Idealbild eines Hauses produziert zu haben. Darauf verschwanden die falschen Fenster wieder, und es formte sich ein mehr oder weniger genaues Abbild des wirklichen Hauses. Dieser Vorgang, der übrigens selten in der aufgewickelten, Form gesehen wird, wurde in wenigen Sekunden durchlaufen und war auch von einer Entfaltung der Farbe und Helligkeit begleitet. Von rein optischem Sehen kann also wirklich keine Rede sein. Ich hoffe, daß diese Studien ein wenig Licht auf die innere Struktur des geistigen Sehens werfen. Der Sehvorgang bei Exkursionen, Hellsehen und Telepathie, ja sogar bei echten "Wachträumen" dürfte sich nach dem gleichen Funktionsmuster abwickeln.

Warum ich mich mit der Funktion des geistigen Sehens, die eng verbunden ist mit dem Bewußtsein und der Gedankenbildekraft, etwas eingehender befasse, hat bedeutsame Gründe: Die hier beschriebene Beeinflussung mentaler Dinge durch innermenschliche Fähigkeiten gilt nicht nur für Erlebnisse außerhalb der Physis - während einer Exkursion - , sondern reicht tief in unsere Materie herein. Die Tatsache, daß es Psychokinese gibt, ist ein Beweis dafür.

In meinem Bericht habe ich eine Unsichtbarmachung geschildert, die ebenfalls zeigt, daß emotionelle Wallungen, verbunden mit bewußter oder unterbewußter Gedankenbildekraft, die Materie mit einer Leichtigkeit auflösen können, als sei sie Luft oder besser gesagt "Astrallicht". Im Prinzip handelt es sich vielleicht um den gleichen Vorgang wie bei der

mentalen Einflußnahme auf die astralen Lichterscheinungen, die wir eben an einigen Beispielen kennengelernt haben. Lediglich muß bei der Psychokinese, wenn sie sich materiell auswirken soll, eine atomare Grenze durchbrochen werden, über deren Natur wir aber fast nichts wissen.

Ich hoffe aber, daß uns die Physik in Zukunft diese Grenze wird durchbrechen helfen. Der Anfang dürfte ihr durch die Entdeckung der Antimaterie bereits gelungen sein. Wie sich doch Stein zu Steinchen fügt. Hier im Vorfeld mentaler Frequenzen, wie ich es erlebt habe, wurde es manchmal brenzlich "physikalisch. Unsichtbarmachung, Levitation, Glockenklänge, Bewegung von Zäunen - und das meistens unter Beisein unbefangener Zeugen - , das kann nicht einfach mit einem ungläubigen Kopfschütteln abgetan werden. Die parapsychologischen Institute wissen sicher mehr davon zu berichten. Ich wüßte gern, wie die Koryphäen der Physik darüber denken.

Doch zurück zur Funktion des geistigen Sehens. Ein weiteres Beispiel für das Wirken der Gedankenbildekraft in Verbindung mit unterbewußten Erfahrungswerten:

Ich habe meinen Körper verlassen und stehe mit dem Mentalkörper, der die Hülle des Bewußtseins ist, auf dem Balkon. Nachdem ich mir die Landschaft betrachtet habe, will ich wieder zurück ins Zimmer. Automatisch lange ich an die Stelle, wo sich normalerweise ein Türdrücker befinden müßte. Sofort bildet sich in meiner Hand ein mentaler Türdrücker, den ich materiell greifen kann ich öffne die Tür und gelange ins Zimmer. In Wirklichkeit bin ich einer "Täuschung" durch die Gedankenbildekraft unterlegen. Im physischen Körper überzeugte ich mich nämlich, daß die Tür gar keinen Türdrücker hat, sondern nur einen kleinen Halteknopf. Wie aber kam der Türdrücker während der Exkursion zustande? Den bildete das Unterbewußtsein! Dort ist nämlich programmiert, daß jede Tür normalerweise und in erster Linie einen Türdrücker hat; deshalb materialisierte er sich mit Hilfe unterbewußter Gedankenbildekraft aus dem psychischen Energiefeld. Zwar weiß das Unterbewußtsein auch, daß es Türen mit einem Knopf gibt; aber dieses Wissen ist nur sekundär oder tertiär eingelagert und konnte deshalb nicht als erstes Symbol, in erster Linie in Erscheinung treten. Derartige Begebenheiten vollziehen sich in den mentalen Frequenzen wie von selbst, ganz automatisch und schnell.

Mit dem bisher Gesagten ist aber die Funktion des geistigen Sehens noch lange nicht umrissen. Es gibt zum Beispiel noch eine sehr eigenartige und interessante Variante, die man bei Exkursionen ab und zu bemerkt. Leider funktioniert dieser neue Sehsinn nicht in unserem Normalzustand im physischen Körper. Es handelt sich um das Heranziehen weit entfernter Objekte vor das geistige Auge in eine Nähe, daß man fast danach greifen kann. In einer geistigen Landschaft können also Gegenstände, Personen oder Dinge, die man klein und schlecht sieht, stufenlos gleitend bis vors Auge herangeholt werden. Dabei verläßt man den eigenen Standpunkt nicht. Immerhin wirken im Geistfeld noch gewisse Gesetze der Linearperspektive, so daß also weit entfernte Dinge klein zu sehen sind und nahe Dinge groß. Es bedurfte immer einer leichten Willensanstrengung, um dieses Vario - Sehen in Gang zu bringen.

Nur dürfen die geistigen Sehfunktionen nicht so programmatisch aufgefaßt werden, wie es vielleicht durch meine Schilderung erscheinen mag. Wenn zum Beispiel der Mentalkörper in einer Landschaft der Astralwelt steht und sich nach allen Seiten umsehen möchte, so genügt es für ihn völlig, sein Bewußtsein umherschweifen zu lassen; der Körper selbst wird dann immer in der Richtung ausgerichtet sein, auf die sich der Wunsch zu sehen konzentriert. Man hat also keine "Arbeit" mit dem Umwenden, so daß der Vorgang auch als ein Rundum - Sehen ausgelegt werden kann.

Es ist vielleicht mehr als Zufall, daß die Technik in letzter Zeit mit der Konstruktion der Zoom - Objektive für Foto - und Filmkameras eine genaue Analogie zur Funktion des variablen, geistigen Sehens geschaffen hat. Sollten etwa diese Erfindungen ihren Ursprung in den mentalen Frequenzen haben? Ich glaube, das wäre eine gute Erklärung;

denn wo holt der Erfinder seine Einfälle sonst her, wenn nicht aus den in der Materie unsichtbaren Schwingungsfeldern des Geistes?

Und ist nicht die Erfindung des Flugzeuges eine Nachahmung der Eigenschaft des Mentalkörpers, den Raum blitzartig zu durchqueren, ohne an Hindernisse gebunden zu sein? Vielleicht nur ein Ersatz für eine viel elegantere Lösung des Flugproblems, die in der menschlichen Gestalt seit Urzeiten verankert ist.

Ich habe den Eindruck, daß die großen Erfindungen der Menschheit aus urhaften Sehnsüchten erwachsen, die in den mentalen Frequenzen ihre ideelle Wurzel haben und dort bereits auf geistige Art verwirklicht sind.

Aus einigen meiner im Bericht geschilderten Exkursionen erkennt man die Eignung des Mentalkörpers, den Raum oder Entfernungen tatsächlich zu überbrücken. Denn es sind ja zum Teil völlig fremde Orte "angesteuert" worden, die nicht mehr aus der eigenen Gedankenwelt resultieren können. Es bleibt somit nur der Schluß übrig: Der Mentalkörper ist tatsächlich in Seinsebenen eingedrungen, die irgendwo existieren - als harte Realität - , auch wenn man diese Schwingungsfelder heute noch nicht lokalisieren kann.

Auf den letzten Seiten habe ich einige spezifische Angaben über das geistige Sehen gemacht, wie es sich aus den Exkursionen ergab, also in einem Bewußtseinszustand außerhalb meines physischen Körpers. Dieses empirische Wissen, das zum größten Teil durch subjektive Beobachtung erreicht wurde, versuchte ich mit dem Intellekt auf durchaus am Physischen orientierte Weise zu gliedern und dem Verstehen nahezubringen. Mit anderen Worten: Bei einer Exkursion versucht man alle Erfahrungen instinktiv in Beziehung zu bringen mit bekannten Erfahrungsnormen aus dem täglichen Leben, mit bekannten Gesetzen der Naturwissenschaft, der Physik und anderen zur Verfügung stehenden Wissensbereichen.

Diese Gewohnheit aber, seelische Erlebnisse ohne weiteres auf vorhandene Gesetze der Physik zu gründen und sie mit ihnen erklären zu wollen, hat sich als weitgehend unzureichend erwiesen. Für eine, wenn auch nur theoretische Betrachtung außersinnlicher Erlebnisse ist abstraktes Denken eine Forderung, die einen vor vielen Trugschlüssen bewahrt. Viele der beschriebenen Phänomene entziehen sich anscheinend jeder Logik, und es fällt oft schwer, ihnen mit einem allzu Darwinschen Geist zu Leibe rücken zu wollen.

In diesem Sinne sei hier noch auf eine Paradoxie hingewiesen, die man bemerkt, wenn man sich im Mentalkörper bewegt: Die Erscheinungen, die man außerhalb der Physis wahrnimmt, können einmal als fest oder materiell empfunden werden, ein anderes Mal aber durchlässig, als Energieform oder "Astrallicht". Nach meiner Erfahrung hängt das mit dem bewußten und unterbewußten Willen zusammen sowie mit dem gerade brauchbaren Zweck, auf den sich die geplante Handlung stützt oder aufbaut.

Wenn man sich im Geistkörper zum Beispiel vornimmt, eine Mauer zu betasten, um etwa ihre Struktur oder Körnigkeit zu fühlen, so wird die Mauer als fest, hart und materiell empfunden. Hat man aber von Grund auf den Wunsch, eine Mauer zu durchdringen, um ein anderes Zimmer zu erreichen, so ist die Mauer durchlässig und verhält sich wie eine Energieform, zu der wir auch das "Astrallicht" rechnen; sie bietet dann dem Mental nur sehr geringen Widerstand. Das psychische Energiefeld nimmt also zwei Aggregatzustände an: fest oder energieförmig. Meistens geschehen diese Entscheidungen ganz automatisch durch das Unterbewußtsein, das oft schon vor einem bewußten Denkkakt gefühlt hat, welche Erscheinungen in welcher Situation fest oder durchlässig sein sollen. Was die Betastbarkeit physisch - materieller Gegenstände während einer Projektion anbelangt, so laufen die Berichte verschiedener Forscher scheinbar auseinander. Während einige beim Versuch, Dinge zu berühren, einfach hindurchgegriffen haben, war es anderen möglich, die Härte und Substanz der Gegenstände deutlich zu spüren. Hier können entwicklungsphysiologische Faktoren eine Rolle spielen.

Nun ist es an der Zeit, das zu formulieren, worauf ich eigentlich hinauswollte: Sollte es nicht mehr als Zufall sein, daß bei dem oben beschriebenen Phänomen einer teils materiellen, teils energieförmigen Erscheinungsweise des "Astrallichtes" während einer Exkursion die gleichen Grundeigenschaften zu erkennen sind, wie sie in der Physik bei der Definition der kleinsten Materieteilchen ("Dualität Welle Korpuskel") sichtbar werden? Es ist bekannt, daß zum Beispiel das Licht unter bestimmten Umständen sich so verhält, als bestünde es aus kleinen Korpuskeln (Körperchen), bei anderen experimentellen Gegebenheiten aber den Anschein erweckt, als sei es Welle oder Schwingung. Hat nicht das Doppelgesicht des "Astrallichts" in bezug auf "Stoff" oder durchlässige "Energie" im Verhalten des uns bekannten, physischen Lichts ein allzu auffälliges Spiegelbild?

Dem aufgeschlossenen Physiker sei dieser Gedankengang zur Prüfung vorgelegt. Er ist sicher einige "Meditationen" wert. Vielleicht wird hier die Brücke zwischen Materie und Geist etwas deutlicher sichtbar.

EXKURSION UND TRAUM

ZWEI SEITEN EINER MÜNZE

Sind Exkursionen Träume? - Diese Frage ist berechtigt und dürfte nicht nur den Leser interessieren, sondern sie wird sich auch für die Parapsychologie und Traumforschung immer wieder neu stellen.

Für den, der Projektionen selbst schon erlebt hat, ist diese Frage schon so gut wie beantwortet, denn er empfindet sie nicht als Träume. Wer ein derartiges Erlebnis noch nicht hatte, sollte sich einmal darum bemühen, damit er den großen Unterschied wahrnimmt, der zwischen beiden Phänomenen besteht. In meinem Bericht wird dieser Unterschied, der nicht nur vom Erleben, sondern auch vom Thema her bestimmt ist, schon deutlich geworden sein. Exkursionen sind keine Träume im üblichen Sinne. Zu fast allen Zeiten, in denen ich Erlebnisse außerhalb des Körpers hatte, konnte ich vor oder nach den Exkursionen auch träumen. Ich fand aber keinen Hinweis dafür, daß das Traumthema, und sei es auf verschlüsselte Weise, mit dem Erleben außerhalb der Physik in Beziehung stand.

An einem einfachen Beispiel sei das deutlich gemacht: Unmittelbar vor meiner Exkursion in die "Sphäre des Vergessens" hatte ich einen Traum. Ich wühlte am Fuße eines Berges in einer Grotte im Boden und grub große Bergkristalle aus. Ein Exemplar schöner als das andere kam ans Tageslicht, und ich war froh, endlich einmal auf "billige" Weise zu so ausgefallenen und großen Stücken zu kommen. Am Tag zuvor hatte ich mich auch mit einem schönen Bergkristall beschäftigt, den ich käuflich erworben hatte, und mir dabei gewünscht, so etwas auch einmal selbst zu finden. Dieser Traum war also nur eine Reflexion unerfüllter Tageswünsche und hatte nichts mit meiner Exkursion zu tun, die mir kurz darauf gelang. In diesem Sinne bezeichnet man wohl die Träume als Schäume. Nach meiner Meinung sind die normalen Träume Zwiegespräche mit sich selbst, bei denen es sich meistens um die eigenen Probleme dreht. Dabei treten die "Gesprächspartner" oft im Gewand bekannter oder unbekannter Personen auf und führen mit uns in einem mehr oder weniger deutlichen Dialog, eine Art "Spiegelgefecht". Genau wie man am Tage oft zu sich redet (denkt) und Probleme durcharbeitet, die einen beschäftigen, wie man Wünsche hegt und ihnen nachhängt, wie man Befürchtungen hat und sie sich weiter ausmalt; genauso arbeitet das Traumbewußtsein. Der Traum wäre somit ein Denken und eine in Bilder gefaßte Konversation mit den oft versteckten Anliegen bewußter oder unterbewußter Emotionen. Man findet immer die gleichen Grundmuster für das Spiel des Traums: Befürchtungen, Wünsche und Probleme. Ich bin auch nicht überzeugt davon, daß der Schläfer beim normalen Traum seinen Körper verläßt, so wie es bei einer Exkursion der Fall ist, sondern daß er in einer Art niedrig - energetischen Hellsehens seine Bilder halluziniert - selbst aber in der "Gehirnsphäre" eingeschlossen bleibt.

Es gibt am Beginn eines Traumes weder "Resonanz" noch "Sog" (die ich im nächsten Kapitel, das die Herauslösung des Mentalkörpers behandelt, beschrieben habe); es gibt kein wirkliches Tagbewußtsein, sondern nur ein untergeordnetes, reflektiertes Bewußtsein, das sich meistens labil und passiv verhält. Es gibt nicht die wache Empfindung, mitten in einer dreidimensionalen Welt zu sein; es gibt auch nicht die Gewißheit, daß der Tod überwunden wird, wie sie jedem, der eine Exkursion erlebt, unverwischbar ins Bewußtsein graviert wird.

In einem Zeitraum von zwölf Jahren, seit meiner ersten Trennung vom physischen Körper, konnte ich keine Übereinstimmung der Traumthemen mit den außerkörperlichen Erlebnissen bemerken. Immer waren mir die "Szenen", in die ich bei einer Projektion geriet, völlig fremd; und immer waren mir die Traumthemen allzu vertraut, wenn ich nur ein bißchen auf die Bildsymbolik aufpaßte. Wie leicht und oft träumt man doch; wie schwer und selten aber ist eine echte Exkursion zu erreichen.

Ich fand auch niemals während einer Exkursion Probleme widergespiegelt, mit denen ich mich am Tage zuvor beschäftigt hatte oder die mich sonst vorrangig interessierten. Ich konnte in meinem Selbst keine emotionelle Brücke oder Beziehung zu dem finden, was ich da erlebte. Es sieht ganz so aus, als ob die gewöhnlichen Träume aus dem eigenen "Seelenstatus" reflektiert sind, echte Exkursionen aber in fremde Bereiche unternommen werden.

Damit ist unser Vergleich beider Phänomene aber noch nicht abgeschlossen und er wäre auch in dieser Form sehr unvollkommen, weil wir hier nur die eine Seite der Münze betrachtet haben. Ich möchte nicht von der Hand weisen, daß trotz aller vorhergehender Argumente, Träume und Exkursionen viele gemeinsame Strukturen aufweisen, die uns bei genauerer Untersuchung zu interessanten Entdeckungen führen. Die Bedeutung des Traums und seine Beziehung zur ASW wurde mir durch ein einwandfreies, telepathisches Erlebnis unmißverständlich vor Augen geführt:

Sommer 1972

Es war ein warmer Nachmittag. Meine Frau und ich saßen im Garten eines hochgelegenen Restaurants in K. bei Kaffee und Kuchen. Wir hatten einen schönen Blick über die Stadt, das Voralpengebiet und einen großen Teil der Gebirgskette. Nach etwa einer Stunde wollten wir wieder aufbrechen. Ich rief die Bedienung an den Tisch und verlangte die Rechnung; sie betrug 8,50 DM.

Nachdem ich bezahlt hatte, kam mir plötzlich Herr Erhard P. (ein Arbeitskollege von mir) in den Sinn, der immer sehr sparsam ist und sich nie in ein Café setzen würde, wenn es sich auf irgendeine Weise vermeiden ließe. Von diesem kurzen Gedankengang angeregt, sagte ich mehr beiläufig zu meiner Frau: 8,50 DM für Kaffee und Kuchen. Wenn das Herr P. wüßte!

Am anderen Morgen im Geschäft - 7 Uhr

Herr P. kam zur Tür herein und erzählte mir folgendes: "Stell' dir vor, ich habe heute Nacht sehr deutlich von deiner Frau geträumt. Sie kam mit einer großen Kaffeekanne an und schenkte mir eine Tasse voll ein. Es waren auch noch andere Gäste dabei - , ich glaubte, es wäre eine Geburtstagsfeier oder etwas Ähnliches. Ich fragte sie im Traum, woher sie den Kaffee habe, und fügte hinzu, daß er doch teuer sein müsse. Darauf antwortete deine Frau, er sei aus einem Café und koste 8,50 DM!"

Noch deutlicher kann einen nicht mehr klargemacht werden, daß sich ein telepathischer Ruf auch noch Stunden später in einem Traum äußern kann, auch wenn das Ganze in einer veränderten Szene dem Traumbewußtsein präsentiert wird.

Wenn also die Traumsphäre prinzipiell für telepathische Signale empfänglich ist, so kann man doch a priori annehmen, daß es auch noch andere Brücken und Gemeinsamkeiten zwischen Traum und ASW gibt. Und in der Tat sind solche Brücken vorhanden. Man sollte bei der Beurteilung des Exkursionsproblems einen Wissenszweig nicht unbeachtet lassen, der sich mit seinen neuesten Erkenntnissen immer mehr in die gleiche Richtung zu

bewegen scheint, die wir auch mit unserer "Exkursions Hypothese" eingeschlagen haben. Ich meine die Erkenntnisse der modernen Traumforschung. Auch dort beginnt man zunehmend von einem "Jenseits des dritten Seinszustandes" zu sprechen (Ann Faraday: Die positive Kraft der Träume), also von einer neuen Dimension des Bewußtseins, die mit der "anderen Wirklichkeit" oder dem "Schauplatz II" der Exkursionisten bereits zu korrespondieren scheint.

Wenn man die Struktur der "luziden" Träume, in denen sich der Träumer bei normalem Wachbewußtsein befindet (Wissensträume), etwas näher betrachtet, so kann man viele Parallelen und Übereinstimmungen mit Exkursionen feststellen und somit die enge Beziehung` beider Phänomene in Erwägung ziehen. Jedoch scheint auch hier das Terrain noch lange nicht geklärt zu sein.

Bei meinen jüngsten Versuchen konnte ich zum Beispiel in einem ganz normalen Traum volle Wachheit erreichen; ich sagte mir in der Traumszene dreimal hintereinander meinen Namen, den Wohnort, die Straße und Hausnummer vor, ohne dadurch aber die übliche Traumlabilität des Bewußtseins zu verlieren. Ich war nicht in der Lage, eine bewußte Aktion zu unternehmen und hatte auch nicht das Gefühl, eine Exkursion des Zweiten Körpers zu erleben. Trotzdem meine ich, daß die Scheidewand zwischen einem echten Wachtraum und einer Projektion sehr dünn sein dürfte, obwohl es mir niemals gelungen ist, die Identität von bewußtem Traum und Exkursion nachzuweisen.

Zusammenfassend können wir sagen: Exkursionen sind bestimmt keine der Träume, die uns allnächtlich durch den Kopf gehen; aber auf einer hohen Ebene des Traumbewußtseins, den luziden und High - Träumen (die von Natur aus selten sind, doch gelegentlich auch durch psychedelische Drogen induziert werden), begegnen sich beide Phänomene und gehen höchstwahrscheinlich ineinander über. Dieser Vermutung dürfte auch die Tatsache keinen Abbruch tun, daß Exkursionen weder von den REM - Phasen der Traumforscher abhängig sind noch von den Nicht - REM - Phasen, da sie zu jeder beliebigen Tages oder Nachtzeit vorkommen können. Vergleichen wir aber eine Exkursion mit einem gewöhnlichen Traum, so können wir uns der Meinung des Amerikaners Robert A. Monroe anschließen, der den Zweiten Zustand als die Antithese zum Träumen bezeichnet hat.

Man kann sich den "Traumgürtel" als eine Art "psychischer Ionosphäre" vorstellen; erst wenn diese mit dem Bewußtsein durchbrochen wird, befindet man sich im fremden Bereich der "Astralebenen". Für den Mentalkörper kann also der Traum zum Sprungbrett oder Tor in unbekannte Räume des Seins werden.

Das wäre die zweite Seite der Münze.

Den Unterschied beider Phänomene kann man sich noch deutlicher klarmachen, wenn man sich vergegenwärtigt, daß die zwei Seiten einer Münze zwar aus dem gleichen Material bestehen, in dem gleichen Stoff abgebildet sind, daß sie aber trotzdem nicht zusammenkommen, da jede Seite in eine andere Richtung weist.

Die "Traumseite" unserer Münze ist durch mangelnde Bewußtseinsenergie von der "Exkursionsseite" getrennt.

Durch den schwierigen Prozeß von Entspannung, Resonanz und Sog, der während der Herauslösung des Mentalkörpers bei voller Wachheit durchlaufen wird, reißt man dermaßen viel Bewußtseinsenergie mit in den Zweiten Zustand hinüber, daß das Bewußtsein während einer gelungenen Exkursion fast dem Tagbewußtsein entspricht und uns eigene Entscheidungen ermöglicht. Der Träumer dagegen befindet sich in weitgehender Passivität und Hilflosigkeit gegenüber seiner illusionären Traumgestalten. Wenn also ein Traum zum "Sprungbrett" in neue Dimensionen des Seins werden soll, muß man erst in ihm bewußt werden. Sobald dies geschieht, wechseln aber die Traumerlebnisse, ja sie verschwinden gänzlich, und eine andere Wirklichkeit, die nach eigenen Gesetzen waltet, nimmt die Stelle der niedrig - energetischen Traumbilder ein.

DIE HERAUSLÖSUNG DES MENTALKÖRPERS UND IHRE TECHNIK

Bei der folgenden Beschreibung der verschiedenen Stufen, die eine Trennung des Zweiten Körpers vom physischen möglich machen, beziehe ich mich natürlich auf die Technik, die bei mir zu den gewünschten Ergebnissen führte. Dabei habe ich mir vorgenommen, die verschiedenen Stationen dieser stufenweisen Herauslösung so knapp wie möglich zu beschreiben, weil ich der Meinung bin, daß eine allzu ausschweifende und in die Breite gehende Erklärung aller wichtigen Faktoren die Chance nicht erhöht, das angestrebte Ergebnis zu erreichen.

Hier möchte ich darauf hinweisen, daß andere Forscher, die sich mit diesem Gebiet befassen - oder es früher getan haben - ihre Technik ebenfalls beschrieben haben. Der Leser wird beim Vergleich der verschiedenen Methoden gewisse Unterschiede bemerken, die man aber als untergeordnet bezeichnen kann. Diese Abweichungen beziehen sich ja nur auf den Weg, den sich die einzelnen Exkursoren ihrer Mentalität und Kondition entsprechend ausgearbeitet haben, aber nicht auf das Ziel, das in jedem Falle die Erforschung des feinen Energiekörpers war. Es ist eher eine Sache der Vorliebe, ob man die eine oder andere Anweisung befolgen will, die sich in ihrer Substanz sehr ähneln und alle etwa gleich schwer zu bewältigen sind.

Am besten man sucht sich die Technik heraus, die einen innerlich am meisten anspricht und bei der man nach den ersten Wochen oder Monaten der Erprobung bemerkt, daß man die gewünschten Fortschritte macht. Ein zu häufiges Wechseln von einer zur anderen Methode halte ich nicht für gut, und man wird feststellen, daß man dadurch die Entfaltung der inneren Fähigkeiten nur hemmt. Es geht vielmehr darum, den Weg, den man für den geeigneten hält, mit Ausdauer und innerer Begeisterung weiterzugehen. Denn man sollte sich jederzeit klar darüber sein: was man hier an neuen Erkenntnissen zu erreichen trachtet, schafft man sich für die Ewigkeit. Die Umformung des Bewußtseins zu größerer Freiheit und Transzendenz hin kann einem, wenn sie erreicht ist, niemand mehr wegnehmen.

Mentalprojektion ist natürlich nur als Zwischenstufe zur letzten Erkenntnis zu betrachten, die einem die Furcht vor dem Tode nimmt, weil man am eigenen Leibe erfährt, daß das menschliche Bewußtsein außerhalb der Physis existieren kann und folglich nicht an den vergänglichen Körper gekettet ist. Dieses Bewußtsein, das den Tod überlebt, kann von technisch - physikalischen Meßgeräten nicht erfaßt werden; darum ist die Wissenschaft der Meinung, daß es sich mit dem Vergehen des Leibes wieder auflöst. Wie aber sollte etwas dem materiellen Verfall unterliegen, das nicht aus Materie besteht?

Der Nutzen der Mentalprojektion liegt also in ihrer Empirie, die Unsterblichkeit der Seele als Wirklichkeit bewußt zu machen. Ihren Wert würde aber der verkennen, der sie nur als Mittel ansehen möchte, zu Nervenkitzel und Sensationen zu gelangen. Wer den hier gegebenen Anweisungen zum Zwecke höherer Erkenntnisse und zur Erweiterung seiner Bewußtseinslage folgen will, der tut gut daran, sein Leben so zu gestalten, daß es immer im Einklang mit der "inneren Stimme" bleibt, die zum Wahren und Guten treibt und alle niederen Emotionen überwinden möchte. Man sollte sich auf der Seite des Lichten halten, das sich auch im Schönen und Harmonischen offenbart.

Dieser Forderung ist aber unter den Einflüssen der "zivilisierten Gesellschaft" nicht immer leicht nachzukommen. Es muß sich eben jeder selbst prüfen, wieviel Wahrhaftigkeit er in sich fühlt, und welche Eigenschaften noch ins Gleichgewicht gebracht oder entfaltet werden müssen, um der Transzendenz gegenüberzutreten zu können. Vor allem halte ich ein völliges Freisein von abergläubischen Vorstellungen und eine große Toleranz anderen Menschen und Meinungen gegenüber für den wertvollsten Besitz, der einen davor bewahrt, in pseudo - mystische, fanatische oder unwissenschaftliche Gewässer abzutreiben. Wer von der Sucht besessen ist, Kritik an allem und jedem zu üben, der richte diese in erster Linie an sich selbst.

Wenn man sich diese Voraussetzungen schafft, bereitet man sich auch den geeigneten Boden vor, Mentalprojektion gefahrlos durchzuführen, und man wird auf weit weniger

Schwierigkeiten stoßen, als ich sie damals auf Grund ungenügender Vorbereitung und innerer Unausgeglichenheit durchfechten mußte.

Wenden wir uns nun der Methode der Trennung zu, die ich in folgende drei Arbeitsstufen eingeteilt habe, welche nacheinander durchlaufen werden müssen: Entspannung, Resonanz und Sog.

Vorbereitung

In meinem Bericht habe ich öfters das Wort "Herauslösung" gebraucht, wenn ich den Vorgang des Austretens aus dem physischen Körper treffend bezeichnen wollte.

In diesem Wort ist nämlich die vorhergehende Bemühung, eine maximale Entspannung zu erreichen, mit einbegriffen, und es bezieht sich somit auf alle drei Arbeitsstufen, die für eine kontinuierliche Trennung Voraussetzung sind. Man könnte zum Beispiel auch das Wort "Abspaltung" gebrauchen - wie ich es zuweilen selbst getan habe - , würde aber damit den ganzen äußerst subtilen Vorgang einer Herauslösung des feinen

Energiekörpers völlig falsch interpretieren; denn von einer "Abspaltung" vom physischen Leib kann überhaupt keine Rede sein. Der Zweite Körper durchdringt ja die gesunde Physis völlig und ist im Normalzustand mit enormen Bindekräften in ihr verankert. Zur Natur dieser Geist und Körper verbindenden Kräfte gehört nicht nur der Hang zum Leben oder die Lebenslust, sondern auch die vielen lebenerhaltenden Funktionen wie Herzschlag, Blutkreislauf und Atmung. Dazu kommt dann noch die ganze Skala der Sinnesreize, die dem Bewußtsein, über die Vermittlung des Nervensystems, das Gefühl vermitteln, in einer Welt zu sein, die man auch sehen und einigermaßen begreifen kann.

Wenn im folgenden die Technik der Entspannung beschrieben wird, wie sie mir ab und zu ein Erlebnis außerhalb der Physis bescherte, so wird in dieser Beschreibung die Ruhigstellung von Körper und Geist gleichzeitig behandelt. Nur wenn der materielle Träger mit seiner Motorik, der unruhige Geist und die seelischen Emotionen zugleich beruhigt werden, besteht die Chance, die Bindekräfte der Natur zu überreden, den Zweiten Körper auf kurze Zeit freizulassen. Auf diese Weise gelang mir Mentalprojektion. Wenn aber die erwähnten Bedingungen nicht erfüllt sind, gibt die eigene Natur den Geistkörper nicht frei. Die Kunst und alle Bemühungen, den physischen Körper zu verlassen, müssen auf ein Erweichen des inneren Gesetzes zur Lebenderhaltung gerichtet sein. Ein Erfolg wird sich aber auch dann nur in größeren Zeitabständen einstellen, denn das Überlebensgesetz ist mächtig und so alt wie der Mensch.

Bevor man mit einer geeigneten Technik zur eigentlichen Ausführung der Entspannung übergeht, sollte man zuerst einige Vorbedingungen erledigen oder deren Erfüllung wenigstens anstreben. Die erste Forderung, einen verschließbaren Raum aufzusuchen, in dem sich ein Bett □ oder Sofa befindet, wird wohl noch am leichtesten zu ~: erfüllen sein. Man sollte dafür sorgen, während . der Übungen von niemandem gestört zu werden und verhindern, daß man auf unnötige Weise unterbrochen oder erschreckt wird. Im Prinzip ließen sich auch in der freien Natur die geeigneten Bedingungen schaffen, doch möchte ich hier diese Möglichkeit nicht weiter verfolgen, weil das für die meisten in Städten lebenden Menschen mit zu vielen Umständen verbunden wäre.

Aus eigener Erfahrung weiß ich jedoch, daß zum Beispiel in der Nähe eines stillen Bergsees oder im Dämmerlicht eines heimlichen Waldes besonders günstige Schwingungen herrschen, die eine Versenkung in kürzerer .Zeit ermöglichen als in der hektisch - nervösen Atmosphäre einer Großstadt. Doch nur wenige werden sich so ideale Bedingungen schaffen können, weil heute gerade an den schönsten Stellen der natürlich gewachsenen Landschaft das Dröhnen der Autoschlängen oft mehrere Kilometer weit zu hören ist. Und sollten es keine Autos sein, dann ist es eben ein Flugzeug, das Lärm verursacht oder ein Traktor auf dem Felde. Hier im europäischen Raum werden sich nie mehr so gute äußere Voraussetzungen zur Versenkung und Meditation schaffen lassen, wie sie die Yogis in den unberührten Bergwäldern und Höhen des Himalaja heute noch haben.

Auf Grund dieser Erkenntnisse braucht man aber nicht zu resignieren, sondern man sollte die Konsequenz daraus ziehen und das verschließbare Zimmer für die den Umständen entsprechende beste Lösung halten. Und sollte der Lärm der zivilisierten Außenwelt zu laut in die Privatsphäre Ihres Zimmers eindringen, so gibt es nur eine Lösung: Watte in die Ohren!

Anstatt einem Bett genügt es auch, eine zusammengefaltete Decke auf den Fußboden zu legen, das hat noch den Vorteil, daß man mit dem Rückgrat und Kopf völlig eben zu liegen kommt. Wenn ich hier vor allem die ebene Rückenlage in meiner Beschreibung vorziehe, soll das nicht heißen, daß man sich in einem bequemen Sessel mit Kopfstütze nicht auch entspannen könnte; zum Zwecke der Meditation habe ich in sitzender Haltung die besseren Erfahrungen gemacht. Was jedoch die Exkursionen betrifft, so wurden sie alle von einer liegenden Stellung aus durchgeführt.

Zu diesen äußeren und mehr technischen Voraussetzungen kommen dann noch einige dazu, die nicht so leicht zu erfüllen sein werden, weil man sich diese im seelischen Bereich schaffen muß. Wenn man von sehr starken Gemütsbewegungen erfüllt ist, die vielleicht auf Grund von Sorgen, Erwartungen und Ängsten entstanden sind und den Geist nicht zur Ruhe kommen lassen, wird es am Anfang schwer sein, die nötige Konzentration aufzubringen, mit der die Entspannungsübungen begleitet werden sollen. Während dieser Sammlung der Gedanken, die sich nacheinander auf die verschiedenen Körperteile richtet, sollte man vor allem keiner zeitlichen Verpflichtung unterworfen sein. Die beste Ausgangsbasis ist deshalb das Bewußtsein, unendlich viel Zeit zu haben, und die Überzeugung, daß es jetzt nichts Wichtigeres gibt als die konsequente Durchführung der Übung. Gerade wenn man innerlich erregt ist und die Gedanken im Gehirn wie wild umherspringen, sollte man sich zur Übung der Entspannung hinlegen. Man wird dann sehr bald die beruhigende Wirkung auf das Nervensystem bemerken. Eine weitere wichtige Erfahrung werden Sie dabei machen: Der Geist ist schwerer zu beruhigen, als die motorischen Funktionen des Körpers.

Entspannung

Legen Sie sich auf den Rücken und bringen Sie die Körperachse in eine völlig gerade Lage. Also Beine, Unterkörper, Oberkörper und Kopf sollen sich in einer Linie befinden. Mit ein bißchen Hin- und Herrücken werden Sie das bald heraus haben. Dabei lassen Sie die Beine beisammen und legen auch die Arme mit den Handflächen nach unten an den Körper an. Der Kopf soll möglichst auf einer Ebene mit dem Leib liegen; nach Bedarf kann aber auch ein flaches Kissen verwendet werden.

Als beste Raumtemperatur hat sich eine der angenehmen Empfindung angepaßte erwiesen; man sollte also weder frieren noch schwitzen. In der kälteren Jahreszeit Sorge man dafür, daß einem eher etwas wärmer ist, damit eine Unterkühlung des Körpers bei längerer Übung vermieden wird. Das Zudecken mit einer Decke oder einem Federbett hat sich nicht als nachteilig erwiesen, vorausgesetzt, daß man keine beengenden Kleidungsstücke anhat. Wichtiger ist die Regelung einer angenehmen inneren und äußeren Arbeitstemperatur.

Nachdem Sie also die gerade Rückenlage eingenommen haben, strecken Sie Ihren Körper noch zusätzlich richtig aus. Von der Mitte des Leibes aus werden die Beine und Fersen kräftig nach unten gestreckt - Oberkörper und Kopf entsprechend nach oben. Als nächstes trachten Sie danach, Ihren Atem in einen ruhigen und gelösten Rhythmus zu bringen, ohne sich dabei aber anzustrengen. Lassen Sie den Atem sich der jeweiligen Stufe der Entspannung anpassen, was von ganz allein geschehen wird, wenn Ihre Konzentration ausschließlich aufs Entspannen gerichtet ist. Dabei werden sich die einzelnen Perioden zwischen dem Ein- und Ausatmen immer mehr verlangsamen. Wenn Sie dann eine fast völlige Stilllegung der Gedanken erreicht haben, wird das Atmen einem inneren und ganz natürlichen Gesetz gehorchen, dem Sie sich völlig anvertrauen können.

Deshalb möchte ich bewußte Atemkunststücke, wie ich sie bei meiner ersten Exkursion (mit der verkehrten Technik) anwandte, auf keinen Fall empfehlen. Das natürliche und unbewußte Fließen des Atems ist die . beste Voraussetzung zur Herauslösung des Mentalkörpers. Es gibt Yoga - Methoden, die eine "Beherrschung" des Atems als wichtigste Bedingung ansehen. Wer sich in dieser Richtung ausbilden will, sollte dies nur bei einem verantwortungsbewußten Praktiker tun.

Für unsere Zwecke genügt der dem jeweiligen Entspannungsgrad angepaßte, natürliche Atemrhythmus, der sich aber im Verlauf der Übung von allein einstellt.

Sie atmen also bei ausgestreckter Rückenlage ruhig und natürlich und richten jetzt ihre Aufmerksamkeit auf den rechten Arm, der am Körper mit der Handfläche nach unten anliegt. Lassen Sie diesen Arm nun völlig erschlaffen, indem Sie sich suggerieren, daß er sehr schwer ist und immer schwerer wird. Sprechen Sie in Gedanken Folgendes: Mein rechter Arm ist schwer, schwerer - wie Blei. Dabei sollten Sie den zunehmenden Druck auf die Unterlage mit jeder Stufe der Eingebung auch wirklich spüren. Wiederholen Sie die Übung so oft, bis Sie bemerken, daß der Arm ein Maximum an gefühltem Gewicht erreicht hat, das sich auch in angenehmer Wärme auswirkt und nicht mehr tiefer geführt werden kann.

Sollte jetzt schon das Gefühl eintreten, daß Sie Ihren Arm kaum noch spüren, so ist dagegen nichts einzuwenden, denn Ihre Übung wäre besonders gut gelungen. Es genügt aber vorerst, die Empfindung der Schwere bis zu einem hohen Maß voranzutreiben.

Nachdem Ihnen das gelungen ist, behalten Sie den Arm in diesem bleischweren Zustand und richten ihre Aufmerksamkeit dem rechten Bein zu. Hier wiederholen Sie in Gedanken die gleichen Worte: schwer - schwerer wie Blei. Sprechen Sie das langsam und gedehnt, als seien Sie müde. Auch beim Bein muß der zunehmende Druck auf die Unterlage zu bemerken sein. Zweckmäßig wird man die einzelnen (gedachten) Worte der Eingebung immer beim Ausatmen sprechen und die Zwischenräume fürs Einatmen verwenden. Beim erneuten Ausatmen verstärkt man den Druck nach unten noch mehr.

Nachdem Sie auf diese Weise auch das rechte Bein zu einem maximal empfundenen Gewicht gebracht haben, behalten Sie auch diesen Zustand der Entspannung bei und wenden sich dem linken Bein und darauf dem linken Arm zu. Diese Reihenfolge kann auch geändert werden, zum Beispiel: rechter Arm - 1, linker Arm - 2, rechtes Bein - 3, linkes Bein - 4.

Wenn Sie beide Arme und Beine zu der bleischweren Erschlaffung geführt haben, machen Sie die gleiche Übung mit Ihrem Rumpf, wobei Sie besonders auch die Schultern und das Herz in Ihre Empfindung von völligem Entspanntsein einbeziehen sollen. Ist auch dies erreicht, konzentrieren Sie sich schließlich noch auf den Kopf, den Sie mit den gleichen Gedanken: schwer - schwerer wie Blei, zur bestmöglichen Entspannung bringen. Dabei soll vor allem auch im Gehirn diese nach unten drückende Schwere empfunden werden.

In diesem Stadium liegen Sie also "schwer wie Blei" auf Ihrer Unterlage und führen jetzt die Suggestion mit Ihrem ganzen Körper noch mehr in die Tiefe. Sie richten also Ihre Aufmerksamkeit nicht mehr auf einzelne Körperteile, sondern auf Ihre ganze Gestalt, indem Sie denken und fühlen: Ich bin schwer - schwerer - wie Blei. Auch das setzen Sie eine angemessene Zeit fort.

Jetzt bringen Sie noch die Empfindung der Müdigkeit zu dem erreichten Schweregefühl und denken Folgendes: Ich bin so müde - unendlich müde - ich möchte lange schlafen - unendlich müde und so weiter.

Während der ganzen bisherigen Bemühungen haben Sie sich nicht weiter um Ihren Atem gekümmert, sondern nur Ihre Eingebungen mit dem Atemrhythmus in Einklang gebracht. Nachdem Sie nun Ihren ganzen Körper in einen Zustand lastender Schwere und Müdigkeit gebracht haben, lassen Sie alle Suggestionen fallen und Ihren Atem einem langsamen, natürlichen Rhythmus folgen, über den Sie sich auch dann nicht den Kopf

zerbrechen brauchen, wenn Sie das Gefühl haben, fast überhaupt nicht mehr zu atmen. Lassen Sie sich einfach gehen.

Nun haben Sie eine Stufe der Entspannung erreicht, in der das Schweregefühl und die Empfindung der Müdigkeit sich zu wandeln beginnen und sich nach und nach in das Gefühl umformen, als seien Sie schwerelos. Diese Empfindung, die zuweilen auch plötzlich in Ihnen auftaucht, kann sich zu dem wunderbaren Erlebnis des "Schwebens" verdichten, bei dem Sie glauben, leicht wie eine Feder zu sein und die Unterlage, auf der Sie ruhen, nicht mehr spüren.

Wenn Sie diese Empfindung der Losgelöstheit und des schwerelosen Seins erreicht haben, bringen Sie Ihren Geist, der sich inzwischen schon sehr beruhigt hat, dazu, alle Gedankentätigkeit so gut es geht einzustellen. Das geschieht am besten dadurch, daß Sie sich der Empfindung hingeben, Ihr Kopf f alle zurück in eine unendliche Tiefe. Dabei denken Sie an nichts mehr und achten darauf, daß keine neuen Gedanken ins Bewußtsein eindringen können. Wenn der Geist dann noch keine Ruhe gibt, verlieren Sie sich völlig in dem Gefühl, unendlich viel Zeit zu haben und nichts mehr erreichen zu müssen.

Sie werden vielleicht nicht sofort und an jedem Tag das gewünschte Ergebnis einer tiefen Entspannung erzielen; hier sind eben Geduld und Ausdauer Eigenschaften, die man durch nichts ersetzen kann. Die Übungen werden am besten abends vor dem Einschlafen oder morgens nach dem Aufwachen durchgeführt.

Das bisher erreichte Stadium schließt die erste Arbeitsstufe zur Herauslösung des Mentalkörpers ab, die ich als "Entspannung" bezeichnet habe.

Resonanz und Sog

Was ich hier unter "Resonanz" verstehe, ist ein Schwingen des Stoffes, aus dem der Mentalkörper besteht, innerhalb seiner irdischen Hülle, der Physis. Dabei ist es vorerst gleich, ob man sich diesen "Stoff" als noch atomare oder schon psychische Energie vorstellt; ob man ihn als "Astrallicht" oder Bewußtsein interpretiert. Vielleicht stehen diese Begriffe in Relation zueinander und lassen sich nicht eindeutig trennen.

Diese Schwingung des Energiekörpers im Molekülgerüst des physischen bewirkt eine Lockerung der natürlichen Bindekräfte, ohne die eine Herauslösung nicht möglich ist. Bei diesem Vorgang dürfen auch die "Grundmatrizen" beider Körper, die sich im Normalzustand decken, gegeneinander verschoben werden, wobei der Zweite Körper in den Angriffsbereich des "magnetischen" Soges gerät, der seine Bewegung einleitet. Die Schwingungen des Energiekörpers innerhalb der Physis steigern sich beim Vorgang des Austretens zu einer dermaßen hohen Frequenz, daß diese nur noch als Wärme oder eine seltsame sanfte Strahlung empfunden wird, die man durchaus noch als "elektrisch" bezeichnen könnte

, aber wahrscheinlich nicht im physikalischen Sinne.

Nach dieser einleitenden Betrachtung des Begriffes "Resonanz", wie sie sich vom Erleben her aufdrängt, wenden wir uns der zweiten Arbeitsstufe zu, deren Bewältigung darüber entscheidet, ob eine Herauslösung des Zweiten Körpers erfolgt oder nicht. Die Resonanz - Phase ist deshalb die entscheidendste und wichtigste.

Während der ersten Arbeitsstufe hatten Sie sich bis zur völligen Entspannung von Körper und Geist vorgearbeitet, die sich in einem Zustand schwerelosen Seins auswirkte, bei dem Ihr Atem kaum noch bemerkbar war und die Gedankentätigkeit weitgehend eingestellt wurde. Diese Stufe dient Ihnen jetzt als Basis, den Schwingungszustand (Resonanz) zu erregen und einzuleiten.

Sie liegen also mit geschlossenen Augen im Zustand der Entspannung und richten jetzt Ihre ganze Aufmerksamkeit, derer Sie fähig sind, auf einen Punkt außerhalb Ihres physischen Körpers, der sich in Richtung Ihrer natürlichen Sehachse, etwa auf der Zimmerdecke, zu denken ist - also zwei bis drei Meter von Ihrem Körper entfernt. Es kommt jetzt darauf an, trotz starker Konzentration auf diesen Punkt Ihre Entspannung

nicht zu verlieren. Das führt in der Folge zu der seltsam gemischten Empfindung von Entspanntsein des physischen Leibes und nach oben strebendem Druck des Mentalkörpers. Sie müssen mit dem starken Wunsche, Ihren Körper zu verlassen, den Punkt an der Zimmerdecke zu erreichen versuchen. Dabei kann dieser "Ort" für das Bewußtsein auch in unendlicher Ferne gedacht sein, falls Ihnen diese Vorstellung leichter fallen sollte. Diese Bemühung muß längere Zeit durchgehalten werden, was mitunter auch anstrengend sein kann.

In diesem Stadium tauchen manchmal Hellsehvisionen in Form von bunten Lichtmustern auf, welche Blumen, Figuren oder andere Dinge darstellen. Dazu können sich, auch Glockenklänge, Stimmen oder Geräusche verschiedener Art gesellen. Diese Visionen sind zur Herauslösung des Mentalkörpers nicht wichtig; man wird sie zur Kenntnis nehmen, sich an ihnen freuen, darf aber darüber das eigentliche Ziel der Bemühungen nicht vergessen.

Viel wichtiger sind in diesem Zustand folgende Empfindungen, die sich bei mir oft eingestellt haben: Ich hatte die Arme, wie in der Grundstellung angegeben, mit den, Handflächen nach unten am Körper anliegen; plötzlich fühlte ich aber, daß die Hände hochgestellt, also auf der Kante neben der Physis lagen, obwohl das in Wirklichkeit nicht der Fall war. Das war immer ein untrügliches Zeichen, daß sich der Mentalkörper zu lösen begann, denn die um 90 Grad hochgestellten Hände waren die des Zweiten Körpers. Das war natürlich auch mit einer Drehung der mentalen Arme um deren Achse verbunden. Auf dieses Zeichen einer Lockerung des Mentalkörpers erfolgte dann fast immer eine Trennung.

Wer es einmal erlebt hat, wie sich im Zustand völliger Entspannung ein zweiter, bisher unbekannter Körper zu regen beginnt und selbständig Bewegungen ausführt, der bemerkt deutlich, daß das Tastgefühl, ja das reale Körperbewußtsein in diesen Zweiten Körper übergegangen ist und kann dessen Existenz nicht mehr bezweifeln. Daraus ergibt sich eine zwingende Hypothese, ja vielleicht die absolute Wahrheit, daß die Empfindung - ich bin; in einem Körper - ich habe einen Körper, der mir gehört, wie sie jeder normale und gesunde Mensch hat, nur durch den feinstofflichen, Zweiten Körper möglich ist: Mit anderen Worten ausgedrückt: Ich empfand nur die mentalen Hände als die meinen, sie waren mir völlig bewußt und gehorchten meinem Willen, während die verlassenen Hände des materiellen Körpers, die ich bisher für meine wirklichen hielt, wie tot neben mir lagen. Wenn ich die Finger bewegte, so waren es nur die mentalen (herausgelösten) Finger, die meinem Willen gehorchten.

Derartige Empfindungen vom teilweise ausgetretenen Mentalkörper können sich also im Zustand tiefer Entspannung einstellen. Es müssen aber nicht immer die Hände sein, die man zuerst außerhalb des physischen Leibes fühlt; auch die mentalen Beine lösen sich manchmal heraus. Sie können dann "Strampelübungen" machen und werden ebenfalls bemerken, daß die Beine des Energiekörpers Ihre wirklichen sind, Ihre unsterblichen, denn die Beine Ihres materiellen Leibes liegen im Bett wie totes Holz.

Nach dieser kleinen Abschweifung zu einigen Nebenphänomenen der Mentalleib - Trennung, die sich optisch, akustisch oder empfindungsmäßig bemerkbar machen können, wenden wir uns wieder dem normalen Ablauf der Herauslösung zu.

Sie hatten während der ersten Stufe einen Zustand völliger Gelöstheit erreicht, der sich auch in einem Gefühl der Schwerelosigkeit auswirken konnte. Daraufhin richteten Sie Ihre ganze Aufmerksamkeit auf einen Punkt außerhalb Ihres physischen Körpers und versuchten, diesen Ort unter Beibehalten der Entspannung zu erreichen. Diesen etwas unbequemen Zustand versuchten Sie längere Zeit durchzustehen. Wenn Ihnen das gelungen ist, werden Sie in einem Moment, der sich weder voraussehen noch erzwingen läßt, plötzlich das Gefühl haben, als sei eine unsichtbare Schranke oder Mauer, die sich bisher vor Ihrem Geist befunden hat, weggefallen. Sie starren zwar noch mit geschlossenen Augen und dem starken inneren Wunsche, den Körper zu verlassen,

durch die Dunkelheit auf den entfernten Punkt, aber Sie haben jetzt das Gefühl, daß sich zwischen Ihrem Selbst und diesem fernen "Ort" hinter der Schwelle nichts mehr befindet, was Sie noch aufhalten könnte.

Inzwischen hat sich auch ein seltsames "elektrisches" Prickeln in Ihrem Körper eingestellt. Die Arme fühlen sich wie pelzig oder geschwollen an. Von den Fingerspitzen ausgehend scheinen nun feine, angenehme Ströme in Ihren Körper zu schleichen, die Sie wie in ein "Strahlenbett" einhüllen. Jetzt haben Sie den Zeitpunkt erreicht, an dem Sie die Resonanz induzieren müssen. Meistens tritt in diesem Stadium der Schwingungszustand von selbst ein, wenn nicht, können Sie etwas nachhelfen. Während Sie in Richtung Zimmerdecke durch die Schwärze blicken und das Prickeln im Körper immer stärker wird, versuchen Sie, Ihre mentalen Hände, die noch in den physischen gebunden am Körper anliegen., nach oben zu bewegen; dabei soll der Wunsch, den Körper zu verlassen, bereits unzweideutig gefaßt sein.

Wenn die Entspannung tief genug war und die Schwingung genügend induziert, werden Sie jetzt von magnetischen Strömen mächtig durchflutet, und wie von einem unwiderstehlichen Sog erfaßt, löst sich Ihr Mentalkörper endlich aus dem physischen Leib und gleitet mit einem Gefühl gespannter Erwartung dem Gebiet hinter der Schwelle" entgegen. (Robert A. Monroe bewegte nicht seine Finger oder Hände, sondern leitete mit einer kurzen Bewegung seines Unterkiefers die Resonanz ein und geriet kurz darauf in den Sog.)

Eine weitere Möglichkeit, die Resonanz zu induzieren: Summen Sie mit geschlossenem Munde einen tiefen, langgezogenen Ton - den Sie auch öfter wiederholen können. Die Frequenz dieses Tones überträgt sich durch die Stimmbänder sofort auf den ganzen, durch die Entspannung vorbereiteten Körper und bewirkt die Herauslösung aus der Physis. Dieser "Summton" hat aber nur dann einen Sinn, wenn Sie mit Ihrer Entspannungsübung nicht schon in einen "kataleptischen" Zustand abgeglitten sind. In diesem Falle werden Sie bemerken, daß Sie gar keinen Ton mehr herausbringen. Es genügt dann völlig der Wunsch, den Körper zu verlassen, der die Schwingung einleitet. Es gibt hier sicher noch viele unerforschte Möglichkeiten. Schließlich kommen auch bei bestimmten Meditationsübungen spontane Mentalbewegungen oder Trennungen vor. Einmal in den "Sog" geraten, haben Sie zwei Möglichkeiten zu handeln: Wenn Sie im Zimmer Umgebungsstudien machen wollen, müssen Sie sich während des Austretens sofort darauf konzentrieren. Bei den ersten Versuchen werden Sie den Mentalkörper noch nicht in der Gewalt haben, und er wird verschiedene unkontrollierte Taumel - und Schwebebewegungen machen, die Sie aber bald beherrschen lernen. Mit dem Willen richten Sie Ihren Zweiten Körper auf und beginnen mit der bewußten Erfassung des Zimmers.

Die andere Möglichkeit - während Sie im "Sog" sind - besteht darin, völlig passiv zu bleiben, bis die Bewegung des Mentalkörpers, die Sie deutlich als "Fluggefühl" wahrnehmen, plötzlich aufhört. Jetzt erst öffnen Sie die Augen und beginnen Ihre Exkursion in einem fremden Bereich.

Man sollte danach streben, das Bewußtsein während des ganzen Vorgangs der Herauslösung aufrechtzuerhalten, was gelingen wird, wenn man völlig bei der Sache ist und nicht erst daran zweifelt. Es hat hier keinen Sinn, noch weitere spezifische Angaben zu machen, weil jeder seine eigenen Erfahrungen durchlaufen muß, die sich in vielen Punkten von den meinen unterscheiden können. Dieser detailliert geschilderte Vorgang kann sich in der Praxis in sehr kurzer Zeit abwickeln, so daß für die beiden Stufen: Resonanz und Sog - nur einige Sekunden nötig sind, was in der Folge immer mehr der Fall sein kann. Voraussetzung ist aber immer die maximale Entspannung von Stufe I. Wenn Sie die Resonanz deutlich spüren und bemerken, daß eine Trennung möglich ist, haben Sie noch kurze Zeit zu überlegen, ob Sie den Körper verlassen wollen oder nicht. Wenn Sie es aus irgendwelchen Gründen nicht wollen, was eintreten könnte, wenn Sie

sich nicht wohl fühlen oder kurz vor dem Aufstehen keine Zeit mehr haben, drehen Sie sich einfach auf eine andere Seite und denken nicht mehr an den Versuch. Darauf können Sie dann einschlafen oder aufstehen; es wird keine Nachwirkungen haben.

Als ein sehr gutes Mittel, eine Herauslösung des Mentalkörpers vorzubereiten, hat sich auch die "Selbstsuggestion" erwiesen. Man gibt sich vor dem Einschlafen wenn man sich schon in einer gewissen Entspannung befindet - den Befehl, den Körper zu verlassen, während man nach einigen Stunden guten Schlafs gerade am Aufwachen ist. Nimmt man eine solche Suggestion in den Schlaf hinüber, wird das Unterbewußtsein ununterbrochen tätig sein, die natürlichen Bindekräfte zu lockern und eine sanfte Trennung vorbereiten. Im Augenblick des Aufwachens wird dann sofort die Resonanz eingeleitet - wobei der Wunsch zur Trennung genügt - , und schon gerät man in den "magnetischen" Sog. Hier wurde also die Stufe bewußter Entspannung durch den Schlaf ersetzt. Vielleicht ist dies sogar die beste Methode, wenn sie nur genügend geübt, von möglichst vielen Menschen praktisch erprobt, ausgearbeitet und verfeinert wird.

Eine weitere, auch von anderen Autoren hervorgehobene Möglichkeit besteht darin, während des Einschlafens zu versuchen, möglichst lange wach zu bleiben, damit man die geheimnisvolle Schwelle zwischen Wachsein und Schlaf noch im Bewußtsein erfährt. Von diesem schmalen Bereich aus kann man dann sein "Ich" völlig bewußt von der Physis abheben. Auf die einfachste Formel gebracht: Der Körper muß einschlafen - der Geist aber wachbleiben.

Oft wird man bei dieser Übung aber einfach einschlafen und die "Schwelle" nicht erreichen. Ich habe diese Übung einige Male mit Erfolg ausgeführt, kann aber sagen, daß sie auch nicht leichter zu bewältigen ist als die schon erwähnten Möglichkeiten. Ihr effektiver Wert liegt mehr in der Erreichung eines seltsamen Bewußtseinszustandes, den man als reines Sein bezeichnen könnte. Wer sein Bewußtsein durch die Schlafschwelle hindurch aufrechterhalten kann, gerät in diesen Zustand. Hier schwebt man etwa einen halben Meter über dem physischen Körper und erfährt in einer unbeschreiblichen Tiefe, Reinheit und Feierlichkeit der Empfindung, daß der ewige Mensch nicht sein Körper, sondern sein Bewußtsein ist.

Einiges sollte noch über die Art des Austretens und der Rückkehr gesagt werden. Bei beiden Vorgängen konnte ich ja mein Bewußtsein immer aufrechterhalten. Im Normalfall, wenn der Körper im Bette liegt, verläßt der Mentalkörper die Physis nach oben - in waagrechter Lage - und richtet sich dann erst auf. Im Bericht ist aber zu ersehen, daß man den Körper auch seitwärts verlassen kann; die Lage während des Austretens hängt eben sehr vom bewußten Willen und von einer gewissen Steuerfähigkeit und Beherrschung des Zweiten Körpers ab.

Die Rückkehr gestaltet sich meistens viel einfacher als das Verlassen der Physis. Man taucht mit seinem Mentalkörper in den zurückgebliebenen Leib ein und bemerkt sehr deutlich, wie sich die einzelnen Gliedmaßen des Energiekörpers mit den entsprechenden Körperteilen des physischen zur Deckung bringen. Dieses Verschmelzen beider Körper wird von sanften elektromagnetischen Gefühlen begleitet. Das Bewußtsein setzt während des gesamten Vorganges nicht aus, was ja gerade beweist, daß es immer dasselbe ist. Wenn man außerhalb des Körpers ist und wieder eintauchen möchte., so genügt es völlig, an den physischen Leib zu denken - , sofort wird man von diesem angezogen. Das Eintauchen geschieht oft so schnell, daß man die Eingliederung beider Körper gar nicht bemerkt. Nur wenn man sich im Zimmer aufgehalten hat und wieder einkehren will, kann man den Vorgang in allen Phasen der Empfindung gut verfolgen.

Es ließe sich noch manches über die Thematik der Herauslösung sagen, aber sie ist schon von anderen Forschern von so vielen Seiten beleuchtet worden, ohne, wie ich meine, restlose Klarheit über die Probleme dieses schwierig zu erreichenden Phänomens zu bringen. Ich möchte zu den Untersuchungen anderer, die auch noch auf die Traum -

Aspekte des außerkörperlichen Erlebens eingegangen sind, nichts mehr hinzufügen. Interessenten sollten die Originalschriften lesen.

Besser als die Beschreibungen, die immer an die Unzulänglichkeit der Worte und Ausdrücke gebunden sind, ist es, die Erfahrungen durch Übung selbst zu machen; dann braucht man nicht mehr zweifeln und kann seine bisherige Anschauung über den Tod und was danach kommt in einem neuen Lichte der Erkenntnis revidieren oder bestätigen.

Kranke Menschen, besonders Herzleidende, dürfen diese Übungen nicht durchführen.

Alle diese Versuche müssen in die eigene Verantwortlichkeit gestellt werden.

Diese knappe Schilderung aller Stufen, die eine Trennung vom physischen Körper ermöglichen, sollte aber nicht als ein Patentrezept aufgefaßt werden, mit dessen Hilfe jeder ohne viel Mühe, an jedem Tag und zu jedem Zweck Projektionen unternehmen kann. Die Fähigkeit zum außerkörperlichen Erleben wird nach wie vor nur durch starkes inneres Drängen und nachhaltige Motivation erreicht, denn es sind nicht nur mentale, sondern auch biologische Hürden zu überwinden, von deren Natur wir noch wenig wissen. Selbst wenn der Pfad einmal gebahnt ist und die ersten Erfolge sichtbar werden, bemerken Sie bald, daß die Fähigkeit zur Herauslösung nicht konstant aufrechterhalten werden kann. Immer wieder wird es größere Pausen geben, in denen eine Trennung selbst bei starker Bemühung nicht möglich ist. Dagegen werden Sie zu Zeiten guter Kondition, bei der eine leichtere Abspaltung möglich ist, bemerken, daß Sie von einem "affektiven Feld" umgeben sind, welches durch Ihre Bemühungen selbst induziert wurde. Wenn dieses "psychische Feld" seine Spannung verliert, schwindet auch die Fähigkeit zur Projektion. Die Leib - seelische Ganzheit des Menschen mit all ihren Strukturen und Regungen, das Auf und Ab seiner Energien, die sich geheimnisvoll hinüber und herüberwiegen, sind selbst für die Wissenschaft noch eine Gleichung mit zu vielen Unbekannten.

ROBERT A. MONROE: EIN AMERIKANISCHER EXKURSOR

Robert A. Monroe hat uns mit seinem vielseitigen und detaillierten Bericht ein kompetentes Zeugnis seiner außerkörperlichen Erfahrungen übermittelt, wobei er es verstand, nüchtern und sachlich über die fast zwangsläufig ungewohnten und oft skurrilen Begebenheiten zu schreiben, die in der ASW erfahrungsgemäß auftreten. Es ist verdienstvoll, diese Dinge einmal ohne die üblichen Verzerrungen und an keine Bevormundung gebundene Weise darzustellen. Als besonders bedeutsam - vor allem im esoterischen Sinne - halte ich seine Schilderung einer himmlischen Sphäre oder des "höchsten Himmels", wie er sich ausdrückte. Ich weiß, daß dieses Monrosche Erlebnis "Wirklichkeit" ist und der Seele unendlich mehr bedeutet, als alle vergänglichen Freuden und Erfahrungen in den Begrenzungen unserer diesseitigen Inkarnation (man lese den Originalbericht). Das alles ist keine "Spekulation" eines religiösen oder philosophischen Geistes, sondern das Hineinwachsen in höhere Schichten geistiger Abstraktion, die der erfährt, der sich aus tiefstem Herzensgrunde nach jener letzten Insel der Befreiung sehnt. Naturgemäß können derartige Lichtblicke bei der jetzigen noch unvollkommenen physischen und psychischen Kondition unserer Träger (Körper, Seele und Geist) nur äußerst selten erreicht werden; ihr Gewicht und ihr Wert als seelisches Erlebnisfaktum kann deshalb nicht hoch genug eingeschätzt werden. Schließlich wird uns hier von den Grenzen menschlichen Bewußtseins berichtet.

Es ist an dieser Stelle nicht möglich, auf die vielen Projektionen einzugehen, durch die uns Monroe einen interessanten Einblick in die Gesetzmäßigkeiten einer anderen Wirklichkeit gewährt; jedoch muß ich eine Erlebnisform vergleichend erwähnen, die er stärker herausgearbeitet hat, die der Leser aber in meinem Bericht nicht findet: nämlich die Sexualität im Zweiten Zustand. Monroe beschreibt ausführlich eine sexuelle Erlebnisform in den Astralebene, bei welcher der eigentliche Liebesakt zwischen zwei Wesen (meistens Mann und Frau) durch ein Überstrahlen von Sympathiekräften - innerhalb einer gewissen Distanz - geschieht, die er auch vergleichsweise als

"Elektronenaustausch" bezeichnet hat. Diese rein geistige Form der Vereinigung hat natürlich nichts mehr mit der im physischen Lebensbereich geltenden zu tun, da in ihr die animalisch - körperlichen Faktoren nicht mitwirken. Wenn ich bisher bei meinen außerkörperlichen Exkursionen die Erfahrungen Monroes auf dem Gebiet des "Sympathieaustauschs" nicht gemacht habe, so mag das vielleicht daran liegen, daß ich das "bestimmte" Gebiet, von dem er spricht, noch nicht besucht habe. Außerdem habe ich sexuelle Gedankenstrukturen in jeder Form vor meinen Projektionen aus dem Bewußtsein herausgehauen (wohl auf Grund einer unbegründeten Scheu oder weil ich der Meinung war, sie könnten hinderlich sein).

Immerhin erkennt man, daß sich die Erlebnisse verschiedener Forscher in den mentalen Frequenzen nicht immer zwangsläufig in den gleichen Richtungen und Gleisen bewegen, eine Tatsache, die in ihrem Grunde zu vielschichtig ist, als daß sie hier näher untersucht werden könnte.

Man beachte in diesem Zusammenhang auch, daß ich zum Beispiel mehr zu Zimmer - Exkursionen neigte, denen Monroe weniger Beachtung geschenkt hat. Aus für die Parapsychologie interessanten Gründen muß ich aber erwähnen, daß ich das von Monroe geschilderte Phänomen eines "Elektronenaustauschs" im Normalzustand, im physischen Körper, einmal erlebt habe, mit ähnlichen Symptomen und der gleichen Funktion, die er uns vom außerkörperlichen Erleben berichtet. Die "Liebe nach dem Tode" funktioniert unter außergewöhnlichen Bedingungen also schon im materiellen Dasein und wurde von mir wohl deshalb innerhalb der Physis erlebt, weil ich, wie der Bericht zeigt, gelegentlich spontane, physikalische Phänomene (Psychokinese) hervorbrachte, von denen Monroe eigentlich nichts berichtet. Die Sexualität im Zweiten Zustand ist mir also bekannt - zumindest im Prinzip. Die Distanz zu der weiblichen Person beim Sympathieaustausch betrug bei dem von mir erlebten Vorgang etwa 80 Zentimeter - bestimmt aber unter einem Meter. Die von Monroe geschilderte außerkörperliche Liebesform ist eine geistig - esoterische Tatsache.

Die außersinnlichen Erlebnisse Monroes und auch die meinen begannen etwa in den gleichen Jahren (1957 und 1958). Während bei Monroe die ASW durch Tonband - Experimente induziert wurde und damit das erste Mal in sein Leben trat (er hatte sich eine Methode ausgearbeitet, um während des Schlafs Daten zu lernen), wurden meine ersten Hellsehs visionen durch eine Beschäftigung mit Goethes Farbenlehre und den damit verbundenen Prismenexperimenten hervorgerufen. In beiden Fällen wurde also durch eine unorthodoxe Tätigkeit das Tor zum Übersinnlichen geöffnet.

Wichtig erscheint mir auch bei diesem Vergleich, daß ich im Folgejahr meiner ersten Trennung vom physischen Körper (1963) in einer Waldlichtung von einem undefinierbaren "Strahl" getroffen wurde, der von oben (aus einer bestimmten Himmelsrichtung) in mein Gehirn eindrang und den ganzen Körper erfaßte und durchrieselte. Ich hatte damals den Eindruck, von irgendeiner höheren oder fremden Macht geistig beeinflußt oder "befruchtet" worden zu sein; ein Vorgang, der mir weder erklärbar war noch besonders beruhigend auf meinen Geist wirkte. Ich ahnte die Jahre innerer Kämpfe, die ich später auch durchfechten mußte.

Monroe beschreibt ebenfalls einen derartigen "Strahl", der ihn zu Beginn seiner Erlebnisse öfter getroffen habe und aus nördlicher Himmelsrichtung gekommen sei. Es wäre nun interessant, zu wissen, ob in jenen Jahren noch mehrere Menschen aus einem unerklärlichen, inneren Drange heraus sich veranlaßt fühlten, Experimente mit der Aussendung des Zweiten Körpers zu beginnen, ihre Erlebnisse aber für sich behielten. Es ist nicht völlig auszuschließen, daß sich hier ein erster Einfluß außerirdischer Intelligenzen auf die Psyche einiger oder auch vieler Personen in unserer menschlichen Gesellschaft bemerkbar macht. Niemand weiß heute, in welcher Form sich eine Kommunikation mit Extra - Planetariern anbahnen wird; aber man kann vermuten, daß die ASW dabei eine primäre Rolle spielen wird, eine Rolle, auf die unsere irdische "Nicht -

PSI - Gesellschaft" (Monroe) ausgesprochen schlecht vorbereitet ist, da ihr selbst die elementarsten Kenntnisse und Fähigkeiten zum Einsatz und zur Steuerung der Psi - Kräfte fehlen. Natürlich kann die Vermutung eines Eingriffes fremder Intelligenzen auf Geist und Seele einiger Erdbewohner vorerst nur als ein spekulatives Faktum aufgefaßt werden, da es zum jetzigen Zeitpunkt, außer der subjektiven Erfahrung einzelner, noch keine wirklichen Beweise für einen derartigen Einfluß gibt.

MIT DEM MENTALKÖRPER DURCH RAUM UND ZEIT - EINE HYPOTHESE, DIE WIRKLICHKEIT WERDEN KÜNSTE

DAS UFO - PROBLEM AUS DEM BLICKWINKEL DER EXKURSION

Viele der in diesem Bericht gegebenen Erfahrungsfakten, die rund um den Zweiten Körper kreisen, um seinen Bewegungs - und Wahrnehmungsmechanismus, der sich als eng verbunden mit Willen und Bewußtsein herausgestellt hat, rechtfertigen es, einen Blick auf die Möglichkeiten zu werfen, die eine wissenschaftliche Erforschung des Phänomens in Zukunft bieten könnte.

Seine Existenz ist aber in der wissenschaftlichen Parapsychologie noch umstritten, und man neigt eher dazu, die Erlebnisse innerhalb des Zweiten Körpers als eine Dramatisierung paranormalen Eindrücke zu betrachten. Wer sich aber schon im feinstofflichen Körper bewegt hat, weiß, daß der Vorwurf einer übersteigerten Ausschmückung "anerkannter PSI - Phänomene", wie etwa Hellsehen und Telepathie, nicht berechtigt ist, denn er empfindet den Vorgang der Trennung und das Bewußtsein, in diesem Zweiten Körper zu sein, als völlig natürlich oder naturgesetzlich. Der Energiekörper scheint die ausstrahlende Quelle all dieser paranormalen Sinne zu sein, die eine Einwirkung auf eine fremde Psyche ermöglichen oder den Empfang von Bildern eines fernen Ortes in der eigenen Psyche zu Bewußtsein bringen (wenn ich hier den Ausdruck "Energiekörper" gebrauche, so meine ich damit nicht den gröberen "Bioplasmakörper", der in der Kirlianfotografie sichtbar wird, sondern ebenfalls den Mental - oder Astralkörper).

Ich sehe keine Notwendigkeit für eine Kontroverse in der Frage: Seelenexkursion in Form eines wirklich herausgelösten Zweiten Körpers oder Animismus in Form paranormalen Eindrücke, die durch Hellsehen oder Telepathie beschafft werden können. Telepathie könnte wie ich schon erwähnte - eine Gedankensonde sein, die vom Energiekörper innerhalb der Physis ausgestrahlt wird und eine ideelle Gleichschaltung zwischen zwei Psychen zustande bringt. Im Empfänger wird durch seelische Resonanz ein "Einstimmen" auf die besondere Frequenz der ausgesandten Schwingung erreicht und die Botschaft sichtbar - oder hörbar zu Bewußtsein gebracht. Dabei muß der telepathische Ruf eine Bewußtseinsschwelle durchbrechen, die bei bewußter Telepathie nicht leicht zu überwinden ist.

Oft wird der mentale Sende - Impuls im Unterbewußtsein des Empfängers aufgefächert und in verschiedene Sinneskanäle geleitet. Der Kanal, der am besten durchlässig für das ideelle Sende - Symbol ist, übernimmt dann die Weiterleitung zum Bewußtsein. Hier kann sich der gesendete "Kode" auf individuelle Weise äußern. Er kann sich zum Beispiel während eines Traumes bemerkbar machen, dann wird dieser oft zum "Helltraum"; er kann sich im Wachbewußtsein akustisch äußern, dann ist es Hellhören er kann sich symbolisch - optisch äußern, dann ist es "Hellsehen"; er kann sich aber auch durch ein Gefühl bemerkbar machen, dann ist es "Hellfühlen".

Es gibt natürlich auch Fälle, bei denen ein telepathischer Sende - Impuls durch mehrere Sinneskanäle dringt, so daß zum Beispiel Hellhören und Hellsehen gleichzeitig auftreten. Oft wird auch ein intensives Gefühl mit akustischen Signalen (Klängen oder Stimmen) begleitet. Die häufigste Art telepathischer Kontakte aber dürfte während den normalen, zwischenmenschlichen Beziehungen im Alltagsleben anzutreffen sein und sich einfach als "innere Einsprechung", als Idee oder Gedanke entfalten.

Ja sogar die Begriffe "Sympathie" und "Antipathie" hängen nach meiner Meinung eng mit der Telepathie zusammen.

Durch all diese paranormalen Sinne brauchte aber die Existenz des Zweiten Körpers nicht in Frage gestellt werden, denn man kann sie als die einzelnen Instrumente seiner Wahrnehmungsfähigkeit betrachten.

Von einer wirklichen temporären Trennung der Seele vom Leibe - wie man es bei Exkursionen empfindet kann aber erst die Rede sein, wenn nicht mehr die oben erwähnten "Sanden" einzeln ausgesandt werden, sondern wenn eine Herauslösung vom ganzen Selbst mit Bewußtsein und Willen erfolgt. Dabei muß man sich mitten in der Szene wissen, um die Dinge herumlaufen können, alles plastisch sehen und auch betasten können. Zu dieser Leistung reicht aber Hellsehen und Telepathie nicht mehr aus. Solange es das reine Bewußtsein des Selbst gibt, wird es auch den Mentalkörper geben, denn er ist ja gerade die Form, in der dieses Bewußtsein die paranormalen Erlebnisse erfährt - , soweit es sich um außerkörperliche Wahrnehmungen handelt. Eine Form, die außerhalb der Physis sichtbar - und greifbar ist und dem gewohnten Bilde des äußeren Menschen sehr ähnlich sieht. Und wenn das Selbst beim Tode nicht vergeht, wird es auch der Mentalkörper nicht tun.

Ich glaube, das sind alles gute Gründe dafür, daß man das Tauziehen zwischen Spiritualismus und Animismus nicht übertreiben sollte, da es sachlich im gegenwärtigen Stadium der Entwicklung nicht viel bringen kann. Erst durch vertiefte Kenntnisse auf allen Gebieten der ASW wird man sich an endgültige Definitionen in gewissen Teilfragen wagen können. Wenn der Zweite Körper nicht nur durch die empirische Erfahrung einzelner, sondern auch von seiten der Parapsychologie experimentell erwiesen werden könnte - wovon ich für die Zukunft überzeugt bin - , hätte das auf unser gesamtes Weltbild und die daraus resultierende Lebensgestaltung nicht zu übersehende Auswirkungen. Kriege würden als eine Verirrung des menschlichen Geistes erkannt und wären unter den neuen Gesichtspunkten und ethisch - moralischen Normen einer auf die Unsterblichkeit der Seele gerichteten Zukunftsplanung unmöglich und sinnlos. Der dichte Nebel egozentrischer Thesen, der heute noch die einzelnen Religionen voneinander trennt, würde sich lichten, und ein klares, freies Bild vom Menschen und seiner Bestimmung im Weltganzen träte an seine Stelle.

Mit dem neuen Wissen über ihre unvergänglichen Quellen des Seins wäre die Menschheit in der Lage, die uralte Frage nach dem Sinn dieses Lebens zu beantworten, denn sie würde auch das Problem des Todes und der Bewußtseinsfelder, die danach die Seelen aufnehmen, zu durchleuchten beginnen. Auf diese Weise könnten sie hinter die Kulissen des diesseitigen Rationalismus blicken und das wirkliche Heilmittel für die fast unüberwindlichen Krisen der Menschheit finden. Diese anderen Bewußtseinsfelder, die von den Religionen sinnbildlich als Himmel, Hölle und Fegefeuer bezeichnet werden, sind identisch mit dem "Jenseits" oder der "Astralwelt", die in spiritualistischen Kreisen zum Emblem der Hoffnung geworden sind.

Wahrscheinlich stellt sich dann heraus, daß der Mensch in Wirklichkeit unsterblich ist und nur vorübergehend in einem physisch - materiellen Leib eingeschlossen wird - als Bewohner des Planeten Erde. Nach dem Tod erfährt er dann in anderen Frequenzen des Seins, daß er ein mit unvergänglichem Bewußtsein ausgestatteter "Weltenbürger" ist, dem weder Raum noch Zeit als unüberwindliche Grenzen entgegengestellt sind. Der Gedanke ist faszinierend, daß der materielle Träger des Menschen nur eine Art "Astronautenanzug" ist, der von der Natur und ihren Elementen für die unsterbliche Seele gebildet wurde - zum Zwecke einer "Landung" auf dem Erdkörper, die mit der Geburt vollzogen wurde.

Wäre es nicht denkbar, daß das unsterbliche Bewußtsein mit seinem mentalen Träger, dem Zweiten Körper, nach dem Tode auf anderen Planeten in den unendlichen Sternräumen in irgendeinem lebenden Wesen erneut zu einer "Landung" in Form einer Geburt ansetzen könnte? Nach der alten Lehre der Reinkarnation, die vor allem in den

östlichen Religionen Fuß gefaßt hat, ist eine derartige "Wiederverkörperung" möglich, aber wohl vor allem auf der Erde vorgesehen.

Aus meinem Bericht ist zu ersehen, daß der Mentalkörper sehr formbar und in seiner Gestalt vom Bewußtsein her bestimmt zu sein scheint. Diese Anpassungsfähigkeit würde es dem Menschen unter Umständen erlauben, in Lebensformen zu schlüpfen, die von den unseren abweichen und sich vielleicht auf fremden Planeten unter anderen Bedingungen gebildet haben. Auf diese Weise könnte sich eine "Raumfahrt der Seele" innerhalb oder außerhalb unserer Galaxis schon seit Jahrtausenden vollziehen, ohne auf der Erde besonders bemerkt zu werden, weil das Erinnerungsvermögen an frühere Lebensformen und Seinsschichten bei der Geburt nicht mehr vorhanden oder auf Eis gelegt ist. Die eigentliche Überbrückung der kosmischen Entfernungen würde also in diesem Falle erst nach dem Tode in einem "psychischen Feld" durchgeführt, in dem unsere Vorstellungen von Raum und Zeit keine Gültigkeit mehr haben. Diese These wird natürlich vielen nicht attraktiv genug erscheinen, weil die kosmischen Raum - und Zeitsprünge nicht zu Lebzeiten geschehen, sondern während der heute noch "dunklen" Zwischenphasen von Tod und Reinkarnation.

Deshalb möchte ich noch eine dem "lebenden Menschen" gefälliger Hypothese vortragen, wie sich eine psychische Raumfahrt in Zukunft abwickeln könnte. Diese Möglichkeit gründet sich auf die Erlebnisse meines Berichtes, die zeigen, daß eine bewußte Herauslösung des Zweiten Körpers einen schnellen Flug in fremde Bereiche durchführbar macht. Falls durch zukünftige Forschung der Mentalkörper in seiner Realität bewiesen und seine Kräfte und Möglichkeiten ergründet und unter Kontrolle gebracht werden könnten, würde sich dieser Träger des Bewußtseins direkt als Raumfahrzeug zu anderen Planeten verwenden lassen. Damit könnte der Umweg über ein technisch - physikalisches Fluggerät zu vermeiden sein, das zumindest nach seinen heute denkbaren Bauprinzipien für die intergalaktischen Raumdimensionen ohnehin nicht mehr in Frage käme.

Der "psychische Astronaut" müßte also - falls eine verläßlich funktionierende Technik gefunden würde seinen Zweiten oder Mentalkörper herauslösen, zu einem fremden Planeten "starten", was im Geistfeld vielleicht mit der Schnelligkeit der Gedanken geschehen könnte, und am Ziel seine Wahrnehmungen durch das geistige Sehen machen.

Sollte die Forschung aber schon soweit fortgeschritten sein, daß sich der Energiekörper des "Raumfahrers" auf dem fremden Himmelskörper sogar "materialisieren" könnte, so wäre eine viel bessere Erfassung der Umgebung möglich, weil dann die vielen Fehler des geistigen Sehens, die beim Transponieren der "reellen" in "ideelle" Bildeindrücke auftreten, nicht zum Tragen kämen. Eine "Funkverbindung" mit einem geschulten Empfänger auf der Erde könnte dann mit der "Sonde" Telepathie versucht werden, zumal jede denkbare technische Funkübertragung über die ungeheuren Distanzen im Weltraum ohnehin nicht möglich wäre. Vor der Heimreise müßte sich der materialisierte Energiekörper wieder dematerialisieren, damit der Astronaut das von Raum und Zeit unabhängige transzendente Geistfeld benutzen kann, das man auch als einen "Hyperraum" bezeichnet hat. Auf der Erde angekommen, schlüpft der Zweite Körper schließlich wieder in seine physische Hülle - genauso, wie ich es bei meinen Mental - Projektionen beschrieben habe.

Es wäre wohl noch fraglich, ob sich der feinstoffliche Körper eines auf diese Weise ausgesandten Astronauten auch auf Planeten materialisieren könnte, die eine andere, von der Erde abweichende, chemische Struktur aufweisen. Wenn zum Beispiel auf einem fremden Himmelskörper der Sauerstoff fehlt, so müßte erst ermittelt werden, ob ein aus dem psychischen Feld materialisierter Astronaut dort "atmen" könnte. Denn zu einer vollen Materialisation wird man wohl die einem gemäßen Elemente aus der unmittelbaren Umgebung ziehen müssen. Falls dies nicht gelingt, müßte man sich sofort wieder mit dem

Mentalkörper integrieren und wäre dann eben auf die Funktion des geistigen Sehens angewiesen. In diesem Falle wäre man für andere Wesen aber wieder unsichtbar. Ob mit oder ohne materielle Verdichtung am Zielort; eine seelische Raumfahrt mit dem Zweiten Körper als Träger hätte ich für einen bemerkenswerten : Entwurf, dem Dämon des galaktischen oder intergalaktischen Raumes zu Leibe zu rücken.

Ein unmögliches Unternehmen, werden Sie sagen. Sicher, die wirkliche Durchführung eines solchen Vorhabens wäre beim jetzigen Stand parapsychologischer und physikalischer 'Forschung noch nicht zu bewältigen. Aber die Entfaltung zu immer tieferen Einsichten in die Struktur der Materie und den Umfang menschlicher Fähigkeiten ist nun einmal im Flusse und erweitert sich mehr und mehr. Eine Tür in neue Dimensionen des Seins scheint sich geöffnet zu haben, die niemand , mehr schließen wird.

Die Raumfahrtwissenschaftler haben längst errechnet, daß die Eroberung der kosmischen 'Entfernungen nur sehr begrenzt möglich sein wird und, stellt man die kurze Lebenszeit eines Menschen in Rechnung, über unser Sonnensystem hinaus kaum zu realisieren ist. Selbst bei der Anwendung der neuesten Möglichkeiten des Rückstoßprinzips, den Photonentriebwerken, könnte man kaum tiefer in das Lichtermeer unserer Galaxie eindringen als bis zu den nächsten Sternen, die als "Alpha Centauri" und "Proxima Centauri" bekannt geworden sind und von den Astronomen mit Entfernungen von über vier Lichtjahren angegeben werden. Ob sich eine solche Reise lohnt, ist noch fraglich, da man nicht genau weiß, ob die beiden Sterne von zur Landung geeigneten Planeten umkreist werden.

Die Barriere der Lichtgeschwindigkeit von 300 000 km/ Sekunde, die nach Einstein nicht zu überbieten ist (was in neuester Zeit angezweifelt wird), scheint keine natürliche Grenze für das Expansionsstreben des Menschen. Zu sein, mit chemischen, atomaren oder elektrischen Antrieben die Sternennräume erobern zu wollen. Sollte es dem menschlichen Genie eines Tages doch gelingen, Raumschiffe zu bauen, die annähernd mit Lichtgeschwindigkeit fliegen, so würden selbst diese Fluggeräte im Verhältnis zur Größe unserer Galaxie so unendlich langsam dahinkriechen, daß die Dauer eines solchen Unternehmens noch in die Jahrtausende ginge. Wenn man bedenkt, daß unser "Spiralnebel" in seiner Ebene 100 000 Lichtjahre mißt und daß die Entfernung zur nächsten "Welteninsel", dem Andromedanebel, mit etwa 1 600 000 Lichtjahren (Nach modernen Messungen über zwei Millionen Lichtjahre) veranschlagt wird, so kommt einem schauernd zu Bewußtsein, daß bei einer Überwindung dieser Distanzen selbst die verzwickteste "Zeitdilatation" nicht mehr zu überzeugen vermag, in der die kühnen Raumfahrer verstrickt werden, die mit Lichteile dem Ungewissen zustreben. Wie wollte man unter diesen Voraussetzungen zu den extragalaktischen Nebeln vorstoßen, die in den Weiten des Universums schwimmen? Die völlige Hoffnungslosigkeit, mit den herkömmlichen Raumfahrtthesen an solche Unternehmungen auch nur zu denken, liegt auf der Hand. Ich habe diese Betrachtung absichtlich etwas zugespitzt, obwohl ich mir im klaren bin, daß ein Realist vorerst an so große "Sprünge" nicht denken wird.

Man wird mir vielleicht zustimmen, wenn ich sage, daß keine der bisher vorgebrachten Thesen über die "psychische Raumfahrt" so unmöglich oder phantastisch wäre , als wenn ein heutiger Wissenschaftler behaupten würde, er könne mit einem Raumschiff, das nach den Prinzipien bekannter Technologien angetrieben wird, in einem annehmbaren Zeitraum auch nur unsere Galaxie durchqueren. Die "Lichtmauer" sollte dem Menschen Anlaß genug sein, eine Raumfahrt der Zukunft nicht ausschließlic, aber auch" nach paraphysischen und psychischen Gesichtspunkten zu konzipieren.

Wahrscheinlich werden im Phänomen der "Mentalprojektion" erste Ansätze in dieser Richtung sichtbar.

Die "Außerirdischen" - falls es sie gibt - werden eine solche Notwendigkeit längst eingesehen haben, denn wie sonst könnte man das seltsame Flugverhalten ihrer Untertassen" erklären, das der uns bekannten fliegerischen Steuertechnik zu spotten

scheint? Drängt sich hier nicht der Eindruck auf, daß die Navigation der "Flugscheiben" durch die Energie der Willensimpulse der Ufonauten erreicht wird? Wie will man sonst Zickzack - Flüge deuten, oder gar das plötzliche Wechseln von einer Flugrichtung in die entgegengesetzte bei höchster Geschwindigkeit, wie es den Berichten über UFO - Sichtungen zu entnehmen ist? Manchmal zeigten die Flugkörper auch "Taumelbewegungen", die von Beobachtern mit "fallenden Blättern" verglichen wurden. Es sieht ganz so aus, als seien diese "unbekannten Flugobjekte", die mit den physikalischen Gesetzen Possen spielen, Materialisationen aus fremden, uns unbekanntem Frequenzen. Ihre "unmöglichen" Beschleunigungen und Geschwindigkeiten, die nach dem Urteil erfahrener Piloten kein Mensch aushalten könnte, deuten ebenso auf diese Vermutung hin wie ihr plötzliches Auftauchen oder Aufleuchten an einem beliebigen Punkt des Raumes. Das bei UFO - Sichtungen oft beobachtete "Pulsieren" könnte etwas mit dieser Materialisationsleistung zu tun haben. Und schließlich verschwinden oder verlöschen die "imaginären Scheiben" an irgendeinem Raumpunkt wieder, ohne daß man den weiteren Verlauf des Fluges beobachten oder bestimmen könnte. Dieses "Ins - Nichts - Auflösen" der Flugkörper könnte durch De - Materialisation zu erklären sein, die für den Eintritt in eine andere Seins - Frequenz oder den "Hyperraum" Bedingung ist und die auch nach Berechnungen von wissenschaftlicher Seite beim Überschreiten der Lichtgeschwindigkeit automatisch vollzogen wird. In einem solchen Falle würde das Raumschiff für uns unsichtbar.

Noch verwirrender wird das Problem, wenn von den beobachteten "Unfällen" oder "Abstürzen" der UFOs die Rede ist. Und hier gerät man offensichtlich in einen Widerspruch; denn wenn man einerseits einen enorm hohen Stand der Technik der "Außerirdischen" annehmen muß, andererseits aber unterstellen möchte, es mangle an der fliegerischen Beherrschung oder Steuerfähigkeit der UFOs, so befindet man sich mitten in einem unauflösbaren Dilemma. Besonders wenn man bedenkt, daß es unseren Astronauten mit ihren - im Vergleich zu den UFOs - primitiven Raketen und "Raumjachten" in vielen Jahren nicht gelungen ist, einen "Absturz" zu schaffen, ja nicht einmal auf dem Monde mit seinem schwierigen Terrain und geringem Gravitationsfeld. Der Umstand, daß bei den Unfällen der "Flying Saucers" keine Teile, Materialien, ja überhaupt keine wissenschaftlich gesicherten Rückstände aufzufinden sind, deutet darauf hin, daß der Flugkörper in Wirklichkeit in einer anderen "Frequenz" die Erdmaterie glatt durchflogen hat, ohne dabei Schaden zu nehmen. Die von Beobachtern beim Aufprall gesehene Rauchentwicklung und etwa mit ihr verbundener Lärm müßte man entweder real - psychokinetisch oder rein psychologisch als einen "Erwartungseffekt" deuten. Bereits ganz in das Gebiet der Parapsychologie scheinen aber jene Berichte zu gehören, bei denen sogenannte "Kontaktler" behaupten, sie seien von UFOs auf "Probeflüge" mitgenommen worden. Hier bietet sich vom Standpunkt der "Seelenexkursion", wie sie in meinem Bericht behandelt wurde, folgende Erklärungshypothese an: Das Berühren der unbekanntem Flugkörper durch Personen und ihre Mitnahme auf Probe - oder Rundflüge, Erlebnisse, die in Kontaktberichten in der UFO - Literatur immer wieder auftauchen, kann in einem "entmaterialisierten Zustand" geschehen, ohne daß der, welcher das Erlebnis hat, bemerkt, daß er sich nicht mehr in seinem normalen physischen Körperzustand befindet.

Bei der in meinem Bericht geschilderten "Unsichtbarmachung" wurden mein Arbeitskollege und ich ebenfalls "entmaterialisiert", ohne daß wir den Wechsel vom physischen in den transzendenten Körperzustand bemerkten, und doch hatten wir uns gegenseitig durchdrungen. Diese De - Materialisation kann also im Bruchteil einer Sekunde geschehen. Dabei wird die atomare und molekulare Bindung von Grund auf aufgelöst, wonach sich die Person praktisch in ihrer Energie - oder Mentalkörper befindet und weiterbewegt. In meinem Falle wurde der Vorgang auf Grund emotionaler Spannungen induziert. Es ist kaum einzusehen, daß es sich im Prinzip bei UFO -

Kontakten anders verhalten sollte. Die Rückverwandlung in den materiellen Körperzustand vollzieht sich ebenso schnell und unmerkbar.

Schließlich scheinen den "Außerirdischen" parapsychische Begriffe und Techniken nicht fremd zu sein, denn immerhin behaupten manche "Kontaktler", daß sie von "Ufonauten" durch Telepathie "angesprochen" wurden, ja, daß es mitunter zu ganzen telepathischen Unterhaltungen kam. Telepathie ist übrigens auch die einzig denkbare kosmische Sprache, mit der sich Wesen von verschiedenen Planeten mit unterschiedlichen Entwicklungsstufen verständigen können.

"Das Erlebnis von White Sands

Beim Vergleich von UFO - Kontaktberichten mit Exkursionen des Zweiten Körpers kann man mitunter auffallender Analogien bemerken. Der Amerikaner Dr. Daniel Fry beschreibt in seinem Buch "Das Erlebnis von White Sands" einen persönlichen Flug in einem UFO. Während dieses Fluges, der ihn nach New York brachte, wurde die Tür □ der "Untertasse" plötzlich zu einem ,durchsichtigen "Bildschirm" und er konnte die Lichter von Las Cruces erkennen. (Ausführlich wiedergegeben in: Adolf Schneider, "Besucher aus dem All", Hermann Bauer Verlag, Freiburg 21974, S. 23 8 ff.)

Der Leser wird sich erinnern, daß auch während meiner Exkursionen Türen und Wände plötzlich durchsichtig wurden und ich die dahinter liegende Landschaft oder ein anderes Zimmer erkennen konnte.

Die - Erfahrung von Dr. Daniel Fry könnte ebenfalls aus der Funktion des geistigen Sehens abzuleiten sein, was bedeuten würde, daß Fry bereits vor seinem Einsteigen in das UFO unbemerkt in einen transzendenten Körperzustand übergeglitten ist. Start, Flug und Rückkehr hätte er dann in seinem Energie - oder Mentalkörper erlebt. Auf diese Weise könnte man das ganze "Erlebnis von White Sands" aus dem Blickwinkel der Exkursion analysieren. Das wäre aber eine Studie für sich, die den Rahmen dieses Buches sprengen würde:

Ich wollte nur zu bedenken geben, daß sich die meisten Personen; die behaupten, in UFO's Reisen unternommen zu haben, ernsthaft und kritisch prüfen sollten, ob nicht doch eine parapsychische Betrachtung ihres Kontakt - Erlebnisses die angemessenere wäre. Das wäre auch für die wissenschaftliche Erforschung der UFO - Phänomene von großer Bedeutung.

Wenn ich hier der "parapsychischen" Betrachtung des UFO - Problems den Vorrang gegeben habe, so ist das nicht mißzuverstehen, denn auch wenn diese fremden Raumfahrzeuge aus "Hyperräumen" operieren und sich in Erdnähe nur zeitweise materialisieren, können sie ebenso "real" sein, als wenn sie in materieller Form mühsam die Lichtjahre durchpflügt hätten, um zur Erde zu gelangen, wie es wohl meistens geglaubt wird.

Ein aus einer anderen "Frequenz" in Erdnähe vollmaterialisiertes UFO kann natürlich auch fotografiert, gefilmt oder betastet werden. In diesem Zustand können auch die "Landespuren" entstanden sein, die Berichten zufolge auf verschiedenen Stellen der Erdoberfläche sichtbar geworden sind.

Es fällt schon schwerer, sich vorzustellen, daß in großen Höhen des außerirdischen Raumes tatsächlich riesige "materielle" Mutterschiffe der "Außerirdischen" kreuzen sollen - etwa in der Mondbahn - , von denen aus die meistens bemannten kleineren UFOs, die mit Durchmessern von zehn bis dreißig Metern angegeben werden, ihre erdnahen Aktionen unternehmen, wo doch allnächtlich Tausende von Fernrohren auf der ganzen Erde - vom Fernglas bis zum Riesenteleskop - das "Himmelsgewölbe" durchmustern. Natürlich kann eine solche Möglichkeit nicht ganz ausgeschlossen werden, besonders dann, wenn außerirdische Intelligenzen die Beherrschung der Schwerkraft er reicht haben sollten und mit Anti - Gravitationsantrieben die interstellaren Räume durchmessen, wie es "Eingeweihte" der UFO - Szene zu wissen glauben. In meinem Bericht ist zu ersehen, daß ich bei einer "Levitation" für kurze Zeit die Schwerkraft überwinden konnte, deshalb ist mir

eine solche Möglichkeit nicht ganz fremd, ja sogar sehr plausibel, obwohl mir dieses Ergebnis seitdem nie wieder gelungen ist.

Es ist wahrscheinlich, daß der "Hyperraum", in dem die unbekanntes Flugobjekte, die UFOs, kosmische Entfernungen überbrücken, identisch ist mit jenem "psychischen Feld", in dem sich der Mentalkörper nach dem Herauslösen aus der physischen Hülle bewegt. Ich neige von Natur aus nicht zu phantastischen Spekulationen, habe aber das UFO - Problem einmal aus dem Blickwinkel der Exkursion des Zweiten Körpers kurz gestreift. Dabei distanzierte ich mich bewußt von jenen Glaubensformen, die besagen, die Besatzungen der "Flying Saucers" hätten eine Mission als "Heilsbringer" oder "Vernichter" der Menschheit zu erfüllen. Die Zukunft wird erweisen, in welcher Richtung sich Physik und Parapsychologie fortbewegen werden. Auf jeden Fall wird der Mensch die geistig - seelischen Frequenzen immer mehr durchleuchten, aus denen sich die PSI - Phänomene - denen freilich oft das UFO - Problem sehr ähnelt - wie imaginäre Fragezeichen einer bisher unverstandenen Seite der menschlichen Gestalt erheben.

ZEIT, FORM, SEIN - AUSBLICK AUF NEUE BEWUSSTSEINSKREISE

Nachdem wir unseren Streifzug durch die ASW beendet haben, der uns im Umkreis der Mentalprojektion, die enge Beziehung von Hellsehen, Telepathie, Traum, Psychokinese und anderen PSI - Phänomenen deutlich machte, wenden wir uns den erweiterten Bewußtseinskreisen zu, die in dem erwachen und sich immer mehr entfalten, der viele Jahre in Richtung eines tieferen Weltverstehens gesucht und geforscht hat. Denn das Erwachen zu höheren Einsichten in die Probleme des Daseins, wie sie sich durch die Konfrontation zwischen dem Selbst und der Welt ergeben, ist der eigentliche Lohn für die Bemühungen der Seele, in die tieferen Strukturen des Bewußtseins einzudringen. Wer in dieser Richtung vorwärtsgeht, bemerkt sehr bald, was wir unter innerer Freiheit verstehen, die im Erleben eines Zustandes gipfelt, der die Begriffe "Raum" und "Zeit" übersteigt und das Bewußtsein der Ewigkeit des Selbst vermittelt, kann nur durch eigenes inneres Bemühen erkämpft werden. Es gibt keine Weltanschauung, Religion, Sekte oder Organisation, die, einem den inneren Frieden ohne dieses eigene Drängen und Suchen nach der Wahrheit zu Füßen legen könnte.

Wenn wir uns durch Intuition erhoben fühlen; sprechen wir gern von einer Überwindung von Raum und Zeit, ohne uns vielleicht über die tieferen Gründe eines solchen Wunsches völlig im klaren zu sein. Wir fühlen zwar, daß es etwas Höheres geben muß, als uns vom alltäglichen Dasein und Denken vorgespiegelt wird, finden aber doch keine rechte Beziehung zu diesem Anderen und Neuen, keinen Weg, der dorthin führt, keine Tür, die uns den Eintritt in eine höhere Welt eröffnet. Und wenn wir noch so viele Bücher über die Befreiung der Seele gelesen haben, so fehlt uns immer noch die Hand, die wir ergreifen könnten, wenn wir den schmalen Pfad zum "Berg des Lichtes" gehen möchten. Immer wieder spüren wir die Fesseln der körperlichen Beschränkungen, die uns unentrinnbar an das materielle Dasein zu binden scheinen, und der Schatten der Resignation verdunkelt die Sehnsucht nach Befreiung nur allzuoft. Am Ende eines leidvollen Lebens steht dann die Vision eines unergründlichen Todes, der uns in völlige Kälte und Hoffnungslosigkeit zu führen scheint.

Diese trostlose Vision eines materiellen und schließlich dem Vergehen geweihten Daseins, erwächst vor allem aus einer Unwissenheit, die in ihrer materialistisch - verkrampften Einbildung, der Mensch bestehe nur aus Haut und Knochen, von den lichten Sphären des Geistes ausschließt. In einer fast nur nach außen gerichteten Denkweise verkennt der moderne Mensch die Gründe für seine Verirrung und hört die Stimme der Seele nicht, die allein ihn ins Reich des reinen Bewußtseins führen kann, in dem die erhabene Stille des göttlichen "Selbst" als die unvergängliche Wirklichkeit erfahren wird. Der Mensch ist ein unentwegter Zuschauer der eigenen Vergänglichkeit und hat es bisher betont vermieden, über diese Tatsache nachzugrübeln. Selbst die Denker und

Philosophen verstiegen sich lieber in den luftigen Schlössern ihrer Phantasie, als die elementare Frage zu stellen:

Wer bin ich?

Um die Frage über das reine "Sein" beantworten zu können, wenden wir uns erst einmal den Phänomenen Zeit und Form zu, in die wir im Leben verflochten sind, die uns ständig umgeben und begleiten. Das führt uns erstens zu der Frage: Gibt es Zeit oder nicht? - Wenn ja, wie werden wir ihrer gewahr? Von der Transzendenz aus erkennen wir die Zeit als relativ. Der Mensch aber, in seinen materiellen Körper eingeschlossen, den Mühen des Daseins ausgesetzt, fühlt die Zeit nur allzu deutlich verrinnen. In einer älteren, prosaischen Fassung, in der ich dem Problem nachgegangen bin, werden viele der Elemente sichtbar, die den lebenden Menschen mit dem Begriff "Zeit" verbinden. Ich zitiere:

Ein wenig Zeit!

Viele meinen, es gäbe keine Zeit; die Zeit sei unwirklich oder starr und keiner Verwandlung fähig - doch ich kann es nicht glauben. - Lausche hinaus auf das zarte Riesel des Herbstregens, oder sieh die tiefen Rillen im morschen Fensterrahmen, und du bist auf den Spuren der Zeit; einer kosmischen Zeit, in der das Verrinnen unseres Lebens der unwiderlegbare Maßstab ist. Die Zeit hat eine Quelle wie der Bach, der zum Fluß wird und dem Meere zuströmt. Alle harten und kantigen Steine schleift der Fluß auf seinem Grunde ab, rundet sie, bringt: sie in eine letzte Form - und alles vollbringt er mit der Zeit. Die Steine können nie mehr zurück zu ihrer kantigen Form, mit der sie aus dem Felsen brachen. Auch die Gebirge werden niedriger, werden zersprengt, geschabt, geschliffen und gerundet. Keiner Macht des Menschen gelänge es, sie wieder aufzubauen, zu ihrer ursprünglichen Schönheit zu erheben, ganz einfach, weil ihre Zeit abläuft. Die Form ist also eng verbunden mit der Zeit, ist innig verknüpft mit dieser - wie auch der Mensch. Wir wirken in der Zeit; doch geben wir acht, daß dieses Wirken den Forderungen der Natur entspricht, die ewig nach Ausgleich, Harmonie und Ordnung trachtet - ohne die Leben undenkbar wäre (Ende des Zitats.)

Für das Leben des Menschen auf der Erde gibt es also Zeit - eine Spanne zwischen Alpha und Omega, die ihn seit der Geburt begleitet. Aber ist dieser materielle Körper das alleinige, das wahre Leben des Menschen? Gibt es das Vergehen der Zeit auch für das Bewußtsein des Selbst? Dieser Frage möchte ich hier erneut ausweichen bis zu unserer Betrachtung über das Sein.

Zunächst wenden wir uns den Formen zu, denen der Mensch in der Zeit seines Lebens begegnet. Unter "Form" verstehe ich alle sichtbaren Dinge der Natur - alle Erscheinungen also, die unsere Welt bedeuten. Das Bewußtwerden des Kindes in dieser Leben ist ein Erwachen in einer Welt der Formen und Farben, deren Sinn und Sein es nun zu ergründen gilt.

Seit unserer Geburt auf diesem Erdenplan sind wir hineingestellt in einen Kosmos vielfältiger Formen und Gestalten. Erscheinungen der Materie, die wir in unserer Jugend schrittweise in unser sich langsam erweiterndes Bewußtsein aufnehmen und einordnen. Mit forschenden Sinnen suchen wir unsere Welt zu erfahren und finden so, auf einen festen Erfahrungsschatz aufbauend, die rechten Beziehungen zu unserem Leben und Sein. Der langsame Vorgang dieses inneren Bewußtwerdens der Natur führt vom ersten noch unbewußten Tasten des Kindes über das unbeschwertere Spielen und Lernen der Jugend zum bewußten Erkennen und Deuten der Sinneseindrücke durch den gereiften Menschen.

An den Formgestalten der Natur bilden und entwickeln wir unser Bewußtsein und bauen unsere Vorstellungswelt auf, die im praktischen Leben zu einer unerschöpflichen Fundgrube gültiger Maßstäbe für unser ethisches und moralisches Verhalten werden kann. Allen Naturerscheinungen liegt ein wunderbarer Bauplan zugrunde, der Ebenmaß, Ausgleich und Harmonie in vollendeter Weise verwirklicht. Dieser Bauplan 'harmonischer

Naturgestalten baut - auch in unserem Bewußtsein jene geheimnisvolle Waage auf, mit der wir Harmonisches von Disharmonischem unterscheiden und fein auswiegen können, Recht von Unrecht trennen und Sinn von Unsinn.

Der Mensch empfindet in den Formgestalten der Natur ein Spiegelbild seines inneren Sehens, das, tief im Unterbewußten wirkend, zur Triebfeder für sein Trachten und Handeln wird. Die Erscheinungen der Umwelt stehen in ; einem tiefen, verschlüsselten Zusammenhang zum Menschen, zu seinen Sinnen, seiner Seele und seinem Geiste. Deshalb darf die natürliche und auch vom Menschen gestaltete Umwelt nicht ihre Harmonie und Ordnung verlieren, weil sonst dem Menschsein jede Grundlage entzogen wird. 'Blumen, Bäume, Mineralien, der blaue Himmel, die Wolken das Wasser und so weiter sind Urgestalten kosmischer Harmonie, die in der Erde Wurzeln schlugen oder durch Kristallisation und chemische Prozesse sichtbar wurden. - Der eigentliche Baustoff sind die Elemente: das Formgebende aber ist der Geist.

Man sollte Respekt vor dem Leben haben, vor den Erscheinungen dieser Welt, in denen sich Gesetze offenbaren, die unverkennbar eine leitende und ordnende Intelligenz erkennen lassen und voraussetzen. Man kann dieses höhere Weltbewußtsein, das uns in der mathematischen ..Ordnung der Naturerscheinungen entgegentritt, ruhig das "Göttliche" nennen.

Betrachten wir doch einmal eine hervorragende Erscheinung aus dem Mineralreich - einen Bergkristall. Eine solche Betrachtung kann man ganz trocken und nüchtern, sozusagen mit wissenschaftlichen Augen, vornehmen oder aber mehr mit dem Inneren, mit den Seelenaugen, versuchen, zu einer Anschauung über sein wahres Wesen zu gelangen. In der wissenschaftlichen Art der Betrachtung sehen wir im Bergkristall vor allem kristallisierte Kieselsäure. Zur Gruppe der Quarze gehörend, erhielt er seine formale Gesetzmäßigkeit durch die besondere Art der Atomanordnung, die man im hexagonalen und trigonalen Kristallsystem eingeordnet hat; je nach der Temperatur, bei der er sich aus heißen oder kalten wässrigen Lösungen und bei der Erstarrung von kieselsäurereichen Eruptivgesteinen bildete. Seine Härte ist 7; sein spezifisches Gewicht 2,65; seine Lichtbrechung 1,55; sein Bruch muschelig, sein Glanz glasig und so weiter. Durch derartige Angaben hat uns die Wissenschaft viel über seine stoffliche Zusammensetzung, seine Entstehung und die Anordnung seiner Atombausteine verraten. Und doch fühlt der naturverbundene Beobachter, daß er bei dieser wissenschaftlichen Definition des Bergkristalls im Trockenen gelassen wurde, denn damit konnte ja noch nicht alles gesagt sein. Das wundervolle Geheimnis seiner Form und die eigentliche Ursache für die gesetzmäßige Anordnung der Atombausteine ist selbst für den Wissenschaftler noch ein Buch mit sieben Siegeln.

Goethe sagte zu diesem Problem:

Den Stoff sieht jedermann vor sich, den Gehalt findet nur der, der etwas damit zu tun hat, und die Form endlich ist den meisten ein Geheimnis.

Wenn wir die Naturdinge bis auf ihre kleinsten Bausteine, die Atome, zerlegen, so haben wir das Rätsel ihrer Form noch nicht gelöst. Wir sollten gerade auch die äußere Form der Dinge ernstnehmen und deren Sprache verstehen lernen; denn sie ist die eigentliche Krone aller inneren Formbemühungen und Strukturen der Natur.

Versuchen wir jetzt einmal, den Bergkristall - ganz unwissenschaftlich - mit unserem Seelenaugen zu betrachten, um eine umfassende, innere Anschauung seines Wesens zu erlangen. - Aber darf man überhaupt von einem "Wesen" sprechen, wo es sich doch nur um "tote Materie" handelt? - Man darf ! Dazu erweitern wir das, was uns die Wissenschaft über den "Stein" gesagt hat, indem wir seine Gestalt von Grund auf als eine Schöpfung der geheimnisvollen Intelligenz betrachten, die wir auch als das formgebende Weltbewußtsein bezeichnen können.

Die gesetzmäßige, prismatische Form des Kristalls zeigt uns unter diesem Gesichtspunkt deutlich, daß diese Intelligenz - aus welchem Feld sie auch wirken mag die Macht hat, mit

Atomen und chemischen Verbindungen umzugehen, ihnen ihren Willen aufzuzwingen, der in der äußeren Gestalt des Kristalls zum Ausdruck kommt. Der Bergkristall wäre somit eine Gedankenform des höchsten Weltbewußtseins, die sich mit Hilfe der Atombausteine materialisierte. Das gilt natürlich auch für alle anderen Naturerscheinungen im übertragenen Sinne.

Die Seele sieht die Dinge anders als der Verstand, darum kann man auch noch weiter poetisieren. Im Kristall strebt "tote" Materie zum Licht, zu einem Zustand innerer Klärung, der sich buchstäblich herauskristallisiert, wenn die Bedingungen für sein Wachstum günstig sind - , was durchaus nicht immer der Fall ist. Während seines Werdens aus der mineralischen Mutterlösung wird er oft gestört und durch Erschütterungen und Temperaturschwankungen in seinem Formstreben behindert. So erreichen nur wenige die vollendet - klare Gestalt, die sich uns - von innerem Gesetz erfüllt - wie ein Berg des Lichtes offenbart. Hell und klar wie frisches Bergwasser symbolisiert er ein "Ewiges", das von hohen Lichtreichen zeugt und von uns den gleichen Schauer abverlangt wie der Anblick des gestirnten Himmels in einer mondlosen Nacht.

Das Wachsen eines Bergkristalls kann auch mit dem Vorgang einer Meditation verglichen werden; denn auch der Meditierende strebt gleich dem Kristall nach einem Zustand innerer Klärung und Vollendung, der sich schließlich, wenn die Bedingungen erfüllt sind, in Form des reinen Bewußtseins "herauskristallisiert". Ein Weg von der Unruhe zur Stille.

Um einen Einblick in das innere Wirken der gesetzmäßigen Natur zu gewinnen, habe ich viel Zeit daran verwandt, Kristalle selbst zu züchten (Ionen - Kristalle nach dem Unterkühlungs - und Verdunstungsverfahren in den verschiedensten Farben und Größen) und erkannte im Vollzug ihres Werdens das Wirken jener intelligenten Kraft, die auch dem Bergkristall die Leitlinien für sein Wachstum gibt.

Noch bekannter als der Bergkristall ist natürlich der aus Wasserdampf kristallisierte Schneekristall (Schneeflocke, der mit seiner sechsfach - symmetrischen Form erkennen läßt, daß schon in der "toten Materie" die Gesetze wirksam waren, nach denen sich später die lebenden Formgestalten der Pflanzen bildeten. Denn viele Blüten haben sich in der gleichen sechsstrahligen Form entwickelt.

Noch häufiger ist aber im Pflanzenreich das Pentagramm (Fünfstern) anzutreffen, das sich in ungezählten Blüten entfaltet hat. Ein Beispiel: Der Fünfstern der Ampelglockenblume zeigt uns eine Reihe elementarer Farb - und Formgesetze. Zunächst ein Vergleich zwischen dem Hexagramm (Sechsstern) und dem Fünfstern der Ampelglockenblume:

Das Hexagramm baut auf Grund seiner sechszähligen Drehachse - (das ist eine Bezeichnung aus der Kristallographie) eine große Anzahl Kristalle auf, weil es sich vorzüglich zum Bau einer wiederholbaren Ordnung eignet, welche die Grundstruktur der festen (kristallinen) Materie ist. Schon die dichteste Kugelpackung der Atome, bei der jedes Atom sechs weitere um sich gruppiert, erzeugt ein Hexagramm (der Einfachheit wegen zweidimensional gedacht). Durch das Aneinanderreihen einer so kleinen Atomeinheit läßt sich ein Kristall lückenlos aufbauen.

Dem Pentagramm (Fünfstern) ist es nicht möglich, als Kristallbaustein zu dienen, da er sich nicht lückenlos aneinanderfügen läßt. Deshalb gibt es auch kein pentagonales Kristallsystem. Erst im Bereich der lebenden Materie, zum Beispiel der Pflanzen, konnte sich der Fünfstern entfalten, weil er hier keine wiederholbare Ordnung aufbauen muß, sondern als Einzelform erscheint. Der Fünfstern ist deshalb ein Symbol des Lebendigen. Wenn wir nun die Ampelglockenblume betrachten, die sich als Fünfstern entfaltet hat, so sehen wir ihre Blütenblätter in zartem Violett, das Zentrum der Blüte aber, das Befruchtungsorgan, in Gelb und Grün. Hier hat die Natur einen echten Dreiklang geschaffen. Die Abstände dieser drei Farben sind im Farbkreis so groß, daß der größte Kontrast im Gesamtbilde der Blüte erreicht wird und die beste Ergänzung der Farbtöne untereinander.

Nicht zufällig können diese Farb- und Formharmonien der Natur entstanden sein. Eine tiefe innere Notwendigkeit strebt nach Ausgleich, Harmonie und Farbenrhythmus. Wer mit Ehrfurcht die Erscheinungen der Natur betrachtet, ahnt, daß die Wiege derart vollkommener Formgestalten in höheren Seinsschichten liegen muß.

Überall präzise Gesetze und Polarität. Deutlich sieht man das auch an blauen Stiefmütterchen und anderen blaugefärbten oder blauvioletten Blüten, die eine gelbe Farbkomponente im Zentrum aufweisen. Hier sehen wir Farbkontrast höchster Spannung, denn Gelb und Blau sind im Prisma als hellste und dunkelste Frequenz zu sehen. Goethe bezeichnete Gelb und Blau als Farbenpole.

Ganz überzeugend wird die geheimnisvolle Polarität in der Natur sichtbar, wenn man einen Kaliumchromsulfat - 12 - Hydrat - Kristall selbst züchtet. Der violettgefärbte Ionen - Kristall wächst aus einer Mutterlösung, die eine dunkelgrüne Farbe hat. Die Form ist eine Doppelpyramide mit abgestumpften Ecken und Kanten.

Aber auch im großen Bilde der äußeren Natur tritt uns "Farbenspannung" entgegen. Das helle Gelb der Sonne

im Blau des Himmels ist dafür ein nicht zu übersehendes Beispiel.

Bei der Ampelglockenblume sprachen wir von einem Dreiklang des Farbeinsatzes, nämlich Violett, Grün und Gelb (dieser elementare Dreiklang ist übrigens bei fast allen violetten Blüten zu erkennen). Es gibt aber noch andere großartige Dreiklänge in der Natur, zum Beispiel finden wir in den goldenen Ährenfeldern die roten Mohnblumen und die blauen Kornblumen. Hier haben wir die drei Grundfarben der subtraktiven Farbmischung wunderbar vereint. Der gleiche Dreiklang wiederholt sich bei einem blonden Mädchen (blond ist gelb) mit blauen Augen und roten Lippen.

In einem Farbkreis von 360 Grad erkennen wir, daß diese drei Farben in einem Winkel von je 120 Grad voneinander entfernt sind. Eine ausgewogene Komposition also, die von einer tiefen Weisheit hinter den Farbeinsatz der Natur zeugt, Ausgleich in das Kräftespiel der Farben zu bringen.

Natürlich sind es nicht immer die Farbkontraste, die uns eine Blume Liebenswert machen; oft ist es die Vollkommenheit ihrer Gestalt, ihre Anmut oder ihr Duft. Ich denke dabei an die Rose mit ihrer leuchtenden Keuschheit, die sie mit scharfen Krallen zu verteidigen sucht. Wird nicht in diesem Verhalten eines pflanzlichen Lebewesens schon eine Art Bewußtsein sichtbar? - Aber wer könnte von sich behaupten, das Geheimnis der Rose, das ein Geheimnis der drei Komponenten: Form, Farbe und Duft ist, ergründet zu haben? Ich glaube, wenn wir die Sprache der Rose verstehen wollen, müssen wir sie zu unserem Herzen sprechen lassen, über ihre Schönheit meditieren, denn eine wahre Kommunikation mit ihr dürfte nur auf der nicht-rationalen Ebene der Seele möglich sein: Das "Wesen" Rose ist mathematisch nicht auszuloten!

Die Rose ist sehr viel mehr als eine errötende Entschuldigung für die Dornen.

Rabindranath Tagore

Und wie steht es mit dem Regenbogen? - Wir wissen zwar heute, daß er durch die Lichtbrechung innerhalb der Tröpfchen eines Regenschauers entsteht; daß die gekrümmten Oberflächen dieser Tropfen wie ein Prisma wirken und das Licht in die verschiedenen Wellenlängen auffächern. Aber was sagt uns diese wissenschaftliche Definition über seine leuchtende Symbolik? Wirkt er auf die Seele nicht eher wie ein Ruf; wie eine Brücke in eine höhere und schönere Welt? Vielleicht ist er eine Verheißung, eine Art kosmische Sprache, die wir nicht mehr (oder noch nicht) entziffern können, weil wir durch das uns angelehrte rationale "Richtig sehen" unser Sehen mit den Seelenaugen verloren und verlernt haben.

Goethe, der immer mit liebender Verehrung zu der Erscheinung des Regenbogens aufblickte, schrieb über dieses Phänomen: "Diese Erscheinung ist so wunderbar erfreulich an sich selbst und so tröstlich in dem Augenblicke, daß jugendlich empfindende Völker eine niedersteigende Botschaft der Gottheit, ein Zeichen des geschlossenen

Friedensbundes zwischen Göttern und Menschen darin zu erkennen glaubten." (Goethes Farbenlehre: Einleitung, § 7)

Es ließen sich Bücher schreiben über die Symbolik, über die gesetzmäßigen Polaritäts- und Kräfteverhältnisse im Reiche der Natur, die sich nicht nur im Atombau der festen, kristallinen Materie, sondern auch in den äußeren Erscheinungsformen manifestiert haben. Gerade auf die Form der sichtbaren Dinge wird aber von wissenschaftlicher Seite immer weniger geachtet, weil die Koryphäen völlig in die Doppelhelix verwickelt, im Kristallgitter eingesperrt oder bei der Jagd nach den "Quarks" steckengeblieben sind. Ich möchte trotzdem wiederholen: Alle inneren Baustrukturen der Natur gelten der äußeren Gestalt und Form - , über diese aber weiß man am wenigsten.

In diesem Rahmen möge unsere kurze "Exkursion" ins Reich der Formen genügen, die uns vor Augen führte, daß die Natur, in die wir hineingestellt sind, keine irrealer Anhäufung chaotischer Zufälle ist, sondern von zwingenden und sehr harmonischen Baugesetzen durchdrungen wird. - Gibt oder gab es aber jemals Gesetze ohne Gesetzgeber?

DAS "SEIN" - AUSBLICK AUF NEUE BEWUSSTSEINSKREISE - SAMADHI

Wir betrachteten zuerst den Begriff "Zeit" und erkannten, daß er für das Normalbewußtsein des Menschen durchaus keine Abstraktion ist, sondern im Vergehen aller Dinge und nicht zuletzt auch des physischen Körpers sehr deutlich ins Dasein tritt. Deshalb können wir als Lebende nicht sagen, die Zeit ist unwirklich oder "relativ". Dann versuchten wir an einigen Betrachtungen über den Begriff "Form", das Wesenhafte und Gesetzmäßige in den Dingen und Erscheinungen unserer Welt zu beleuchten und erkannten die Leitlinien einer höheren Intelligenz in den Wachstums- und Formstrukturen. Nun wollen wir auch noch etwas über die neuen Bewußtseinskreise erfahren, die an den Grenzen der psychischen Wahrnehmung sichtbar werden und von denen ich einige im Zustand des "Samadhi" erleben konnte. Dieser schöne indische Ausdruck wird bei uns oft mit dem Wort "Ekstase" übersetzt. Mir scheint aber, daß im Deutschen durch den Begriff "Verklärung" das wahre Wesen des "Samadhi" sinngemäßer charakterisiert wird.

Wenn wir jetzt die "Zeit" aus dem Zustand des "Samadhi" betrachten, so erkennen wir, daß sie hier nicht mehr existiert. Die "Verklärung" ist die einzige Wahrnehmungsebene, die ich kenne, auf der die "Zeit" bei vollem Bewußtsein überwunden ist. Auch beim traumlosen Schlaf scheint die Zeit nicht mehr zu bestehen, nur ist man sich dann dieser Tatsache nicht bewußt. Bevor man den hohen Bewußtseinszustand des Samadhi (Verklärung) nicht erlebt hat, weiß man nie genau, was es heißt, Raum und Zeit zu überwinden. Erst danach wissen wir, was wir unter reinem "Sein" zu verstehen haben. Samadhi allein ist wohl auch die richtige Antwort auf die Frage: Was ist Transzendenz? Nachdem wir nun erkannt haben, daß die "Zeit" in der Verklärung transzendiert ist, so können wir weiter fragen: Welches Verhältnis haben wir zu den "Formen", zu den Dingen, die unsere Welt bedeuten - aus dem Zustand des Samadhi? Auch in dieser Beziehung ist eine grundlegende Wandlung eingetreten. Genau wie die Zeit für das reine Bewußtsein aufgelöst wurde, so werden auch die Erscheinungen und Dinge in ihrer substantiellen Wirklichkeit transzendiert und im "Selbst" zur Einheit verschmolzen. Anders gesagt: Das reine Bewußtsein des Selbst genügt sich völlig selbst, da es die Einheit im unendlichen Meer des Sichtbaren, Gegensätzlichen und Zerteilten darstellt. Samadhi ist von so ungemein hoher Seins- und Lebensqualität, daß im Vergleich dazu alle erdenklichen Erfahrungen unseres Lebens in der Materie - einschließlich aller sexueller Offenbarungen im Körper - als ein blasser Schatten erscheinen, ja geradezu als schmerzhaft unwirklich erkannt werden.

Die menschlichen Sinne sind die Mittler zwischen dem reinen Bewußtsein und den Erscheinungen der Natur; gleichsam die Fühler des Selbst. Dieses reine Bewußtsein ist aber nicht von den Sinnen abhängig, die uns zum Sehen, Hören, Riechen, Tasten, Schmecken und so weiter gegeben sind, sondern es hat ein Eigenleben, ja es ist das Eigenleben" schlechthin und damit das wirkliche Leben.

Es wird auch als das Selbst, das Sein oder Gott bezeichnet. Somit ist das reine Bewußtsein, das im Samadhi als die absolute "Einheit" erfahren wird, zweifellos auch die letzte Wirklichkeit ohne Attribute, die der Mensch wahrnehmen kann.

Wenn ich sagte, die Erscheinungen sind transzendent, so bedeutet das nicht, daß sie mißachtet oder vom Bewußtsein ausgeschieden wurden - , im Gegenteil: Alle Dinge, die uns im Leben Bewunderung abverlangt haben, alle harmonischen Erscheinungen und wahrsten Gefühle, alle Augenblicke der Intuition und Erhebung sind in ihrem Substrat, in ihrem inneren Gehalt und Geist in Samadhi integriert und werden als umfassendes Sein erfahren. Nichts ist verlorengegangen: der Duft der wilden Heckenrose, die Blüten mit ihren leuchtenden Farben, der Kristall mit seinem Gesetz, der Gesang der Amsel im Frühlingsmorgen, die Zuneigung zu einem geliebten Wesen oder Ideal. - Das alles ist der materielle, im Diesseits sichtbar, fühlbar oder hörbar gewordene Aspekt der Wahrheit. Nur werden diese Faktoren des Daseins im Normalbewußtsein als getrennt vom Selbst erfahren und gesehen. Samadhi erst verschmilzt alles zur Einheit des reinen Bewußtseins. Bei diesem Erwachen zur Wirklichkeit, das im "Sprühen des Selbst" gipfelt - wie es ein großer indischer Meister ausdrückte - , verlieren die Erscheinungen der Außenwelt zwangsläufig ihre Zugkraft auf die menschlichen Sinne, weil sie jetzt, in eine höhere Form des Bewußtseins abstrahiert, erfahren werden.

Zwischen geistigem Verstehen unserer Welt - wie es uns die Naturwissenschaft anbietet - und innerem Erfahren des Seins, wie es im Samadhi erlangt werden kann, braucht man keine trennende Grenze zu ziehen. Der große Zwiespalt zwischen Geist und Materie ist nur ein Gedankending. Ebenso wenig braucht man in der Meditation einen fernen Gott zu bemühen, denn der Gott ist ja schon in einem selbst - , das Selbst ist ein Teil Gottes. Die Erscheinungen der Natur stehen nicht in Opposition zu Ihrem Selbst, wie es manche meinen mögen. Man kann zum Beispiel die Rose von Ihrem Selbst nicht trennen, weil sie eine Gedankenform des höchsten Weltbewußtseins ist, von dem wiederum Ihr Selbst seine Sehfähigkeit für die Rose erhalten hat, und außerdem ein Kind dieses schöpferischen Weltbewußtseins ist.

Im Samadhi bestehen feine Unterschiede in der Empfindung, die man mit verschiedenen Farben vergleichen könnte. Ein Blick durchs Prisma zeigt uns alle Farben in höchster Reinheit und Schönheit, aber mit verschiedenem Charakter. Diese einzelnen Frequenzen des Lichtes bringen beim Betrachten unterschiedliche Gefühle und Stimmungen hervor, zum Beispiel erweckt ein Gelb andere Empfindungen in uns als ein Blau; ein Rot andere als ein Grün. Und doch haben alle reinen Spektralfarben gleich hohe Seinsqualität. Sie sind wie eine abstrakte Sprache, die von allen Menschen verstanden wird. Die Seele "begreift" das von den Farben Gesagte, kann es aber nicht gut in Worte fassen. - Die Farben sind ein Bad der Seele.

Wenn man Samadhi zum Beispiel auf dem höchsten Punkt des Kopfes erfährt, hat es eine andere Farbe der Empfindung, als wenn man sein Selbst in der Brustmitte erlebt. Die Seinsqualität dieses Zustandes ist aber in allen Färbungen gleich hoch. Im Gehirn erfahren, ist es ein unendlicher Glanz des Lichtes und der Befreiung, verbunden mit großer Seligkeit und weitem Bewußtsein. In der Brustmitte ist Samadhi wie ein Heimgang in die Geborgenheit einer Höhle des "Selbst", bei dem man das Gefühl hat, endlich zu dem Ort der Stille gelangt zu sein, zu dem man sich schon immer gesehnt hat. Hier gibt es dann kein "Außen" mehr - man ist eingekehrt in das große Geheimnis der eigenen Seele. Erreicht man die Verklärung während des Gehens auf der Straße, ist die Erfahrung wieder etwas anders gefärbt. Absolute Befreiung vom Druck der Außenwelt; das auf sich selbst Zurückgeworfensein" wird als große Seligkeit erlebt.

Das Übergleiten in Samadhi während des Gehens ist also möglich und wurde bisher öfter erfahren. Dieser Vorgang sei hier etwas detaillierter geschildert:

Voraussetzung ist, daß man einen genügend langen Weg zu gehen hat und zeitlich nicht unter Druck steht. In einer stillen Tageszeit gelingt der Versuch leichter; aber auch mitten

im Trubel einer Stadt erreicht man zuweilen das gleiche Ergebnis. Es gibt keine Möglichkeit, Samadhi mit dem Willen herbeizuführen, aber man kann eine vorbereitende innere Haltung anstreben, die seinem "Erbblühen" den Boden bereitet.

Man gehe entspannt, langsam und mit gerader Rücken - und Kopfhaltung dahin. Danach reduziere man den Atem auf ein geringes Maß seiner normalen Tätigkeit, ohne sich dabei jedoch anzustrengen. Nun sammle man seine Gedanken, ziehe sie von der Außenwelt zurück und richte seinen Blick geradeaus in weite Entfernung, falls dies möglich ist. Auch ein Himmelsausschnitt über dem Horizont eignet sich als Orientierungspunkt. In einer stark belebten Stadt hat man diese Möglichkeit natürlich nicht; in diesem Fall blickt man einfach geradeaus, ohne viel umherzuschweifen.

Jetzt bringe man sich zu Bewußtsein, daß man unendlich viel Zeit habe und es nichts Wichtigeres gibt, als dieses Schreiten im Selbst. Man versuche sich völlig klar zu machen, daß man ein ewiges Selbst hat, das weder durch die dunklen Pfade des Leides noch durch den Tod zerstört werden kann. Darauf stelle man sich in einer nach innen lauschenden Haltung die Frage: Wer bin ich? - Wer bin ich? - Wer bin ich wirklich? Das soll mit innerer Anteilnahme und starkem Wunsche durchgeführt werden. Während dieses Fragens kann man auch mit gespannter Konzentration auf die Straße, die Häuser, die Menschen oder die Wolken am Himmel schauen, um sich der Autonomie des Selbst inmitten der Erscheinungen der Außenwelt bewußt zu werden. Man sehe auf all diese Formen, als sähe man sie zum ersten Male, und vergleiche die Dinge intuitiv mit dem Bewußtsein des Selbst.

Man sage sich: Ich bin unendlich frei; erhaben über Raum und Zeit; erhaben über Freude und Leid; die Mauer der Materie ist gestürzt, die Schleier der Täuschung sind zerrissen. Mein Selbst ist mir immer näher als die vielen Dinge; ich bin immer derselbe und unterliege keiner Veränderung mehr.

Ich bin nicht der sterbliche Körper mit seinen Begrenzungen; nicht der irrende Geist mit seinen Verfehlungen; nicht die leidende Seele mit ihrer Angst. Stets meinem Selbst inne, bin ich über alle niederen Beweggründe hinausgelangt. - Es gibt kein Außen mehr; alles ist reines Bewußtsein. - In der Stille liegt die Wahrheit. Als ein im Leben Befreiter gehe ich dahin in ewigem Samadhi.

Wer bin ich?

Sie erkennen jetzt, was man innerlich anstreben und verwirklichen soll, welche geistige Haltung man einnehmen muß, wenn man Samadhi empfangen möchte. Wenn Ihnen diese vorbereitenden Meditationen geläufig sind und Sie diese ganz zwanglos während des Gehens im Bewußtsein halten können, ist getan, was zu tun ist. Dabei kommt es nicht auf sklavische Nachahmung der Formeln an, sondern der innere Gehalt, das, was damit gemeint ist, soll ins Bewußtsein eindringen. Beim Versuch, Samadhi zu erlangen, werden die sogenannten "Verstandes - Logiker", die sich nie vor etwas Höherem beugen können und die Raserei ihres Geistes nicht lassen wollen, ebenso vor verschlossenen Türen stehen wie die Zyniker, Chaoten und Schreihälse aller Couleur. Denn es gibt nur ein Tor, das zum wahren Sein und Leben führt: Es ist das Tor der Demut und Stille. Das ganze Materieleben des Menschen muß zum Schweigen gebracht werden, damit das göttliche Schweigen erwachen kann.

Wichtig ist, daß man alle Masken, die man sich im Leben aufgesetzt hat, fallen läßt. Man darf den Zustand des Samadhi nicht etwa mit dem Intellekt erreichen und erforschen wollen; dieser Versuch ist vergeblich. Nur die unzweideutige Entscheidung, von allem Vergänglichen Abschied zu nehmen und sich in völliger Demut dem Wahren und Unendlichen auszuliefern, räumt die Hindernisse zu diesem hohen Ziel beiseite.

Man muß diesen Zustand innerlich wirklich wollen, aber nicht erst in ferner Zukunft, nach Hunderten weiteren Verkörperungen, sondern heute, hier und jetzt. Sie brauchen dazu keine fremde "Kapazität und keinen äußeren "Meister" um Erlaubnis zu fragen, denn der Meister ist in Ihnen selbst. Ihr wahres Selbst ist Ihr Meister.

Ob jetzt Samadhi eintritt oder nicht ist eine Frage des inneren Drängens, der Intuition und der Ehrlichkeit, mit der Sie sich dem "Höchsten" hingegeben haben. Erreichen Sie den Zustand nicht, ist nichts verloren, und Sie haben Ihre Zeit nützlich verbracht; die Wirkung kann Stunden nach diesen Bemühungen noch auftauchen. Tritt Samadhi aber ein, so können sie sich kaum dagegen wehren, und es geschieht folgendes:

Sie merken plötzlich, wie Ihre Bindung an die materielle Welt sich auflöst. Das Bewußtsein verschärft sich spürbar; der Lärm der Außenwelt sinkt ab. Sie empfinden einen mehr gleitenden Gang, und die Körperschwere wird Ihnen nicht mehr so stark bewußt. Jetzt erwachen Sie aus dem Traum der Materie, und Samadhi senkt sich wie eine Gnade in Ihr Bewußtsein und Gemüt. Plötzlich erkennen Sie Ihre Befreiung und daß Sie immer frei waren.

Die Empfindung großer Seligkeit ergreift Ihr ganzes Wesen, hebt Sie so deutlich aus Ihrer Umwelt heraus, daß Sie in einer unerschütterlichen Gewißheit erfahren: Samadhi - mein unsterbliches Selbst - ist die wahre Wirklichkeit, über die hinaus es nichts mehr zu erreichen gibt. Mein göttliches Erbe, das in mir wohnt und mir niemals verlorengehen kann.

Sie sind sehr verwundert, warum Sie nicht immer in diesem Zustand bleiben können, den Sie als die reinste Natur Ihres Wesens erkennen. Obwohl Sie abseits aller Dinge, jenseits aller Verkettungen dahinschreiten, fühlen Sie sich auf einer höheren Stufe der Abstraktion tief er mit allem verbunden. Jeder intellektuelle Wahn ist gewichen; nichts Äußeres ist Ihnen mehr geblieben, nur unzerstörbares "Sein" in stiller Seligkeit. Von außen wird aber diesen Zustand kaum jemand bemerken.

Nach einer gewissen Zeit klingt die Verklärung langsam wieder ab und weicht dann einem inneren Frieden gehobener Art.

"Samadhi allein kann die Wahrheit enthüllen."

SRI RAMANA MAHARSHI

Der hier beschriebene vorübergehende Samadhi kann eine halbe oder eine ganze Stunde anhalten. Manchmal zieht er sich in gedämpfter Form noch einen ganzen Tag hin. Der dauernde Samadhi, bei dem man nie wieder in die Schleier der Materie tauchen muß, wird nur von großen geistigen Meistern nach jahrzehntelanger Entfaltung und Meditation erreicht. Das Ergebnis ununterbrochenen Samadhis noch zu Lebzeiten ist also äußerst selten.

Aber auch die zeitweilige Verklärung bringt einen großen Gewinn in einer neuen und freieren Bewußtseinslage. Immer klarer erkennt man, daß der Mentalkörper des Menschen noch zur Sphäre des Geistes gehört, wenn man unter "Geist" die schöpferischen Kräfte des Menschen versteht - , die Erfahrung des reinen Bewußtseins aber, wie sie im Samadhi erblüht, weit über die körperliche Welt hinausdringt und in Dimensionen des Seins vorstößt, die man nicht mehr richtig beschreiben kann.

Wie auch Physiker und Astronomen nicht erklären können, wie oder wo der Weltraum plötzlich zu Ende sein könnte, obwohl sie vielleicht in der abstrakten Sprache der Mathematik eine solche Möglichkeit mit Zahlen bereits fixiert haben. So weit auch ihre Instrumente reichen, immer wieder tauchen neue Galaxien im dunklen Schlund der Ewigkeit auf. Der Mensch hat einfach keinen Sinn, kein Organ, mit dem er die vierte Dimension auf intellektuelle Weise begreifen könnte. Er versucht, den Begriff "Raum" unter der dreidimensionalen Vorstellung von Länge, Breite und Höhe zu sehen und kann sich nicht bildhaft machen, daß es noch eine Dimension geben sollte, die mit "Zeit" und "Sein" zusammenhängt.

So ist eben im Verhältnis zu der Welt der Gedanken und Formen die Erfahrung des reinen Bewußtseins - die vierte Dimension oder das Sein. Ohne "Sein" aber, wie es im Samadhi aufleuchtet, ist das Leben wie eine Frage ohne Antwort; ein Rätsel ohne Auflösung; wie ein Ruf, der im "Nichts" verhallt. Es ist jedoch tröstlich zu wissen, daß jeder Mensch dieses reine Sein in sich trägt als sein wahres göttliches Erbe, sein Selbst, auch wenn es

im Leben nur selten in seiner ganzen Fülle aufstrahlt. Aber es suchen auch nur wenige danach.

Der Mensch, das Tier, die Rose und der Kristall sind Spitzen des formbildenden Weltbewußtseins, die sich in der Materie mit den Mitteln der Atombauusteine manifestiert haben. Das Selbst sieht diese Formen und Erscheinungen als ein "Außen", fühlt aber gleichzeitig, daß es Symbole einer höheren Welt sind, in der die Seele ihr eigentliches Zuhause hat. Es ist der "Innenraum" eines geistigen Universums, in dem alle Erscheinungen ihre mentalen Wurzeln haben. Das schöpferische Weltbewußtsein bewirkt die Geburt und Auflösung aller Dinge und Wesen in der Natur. Das Selbst aber ist ewig, der schweigende Zeuge aller Verwandlungen, und hat die von Natur aus gegebene Möglichkeit, in die normalerweise unsichtbaren Bereiche dieses geistigen Universums einzudringen. Die Exkursionen des Zweiten Körpers führen uns durch eine Grenze des Lebens, von der wir immer glaubten, sie sei der Tod.

Die höheren Bewußtseinskreise, die sich im Umkreis der Mentalprojektion immer wieder bemerkbar machen, sollten zur ASW gerechnet werden und können bei der Betrachtung der PSI - Phänomene nicht unbeachtet bleiben. Sie gehören zum Gesamtkreis der außersinnlichen Wahrnehmungen, als deren "Zenit" sie empfunden werden.

Selbstverständlich kann man das Eintauchen in Samadhi mit gutem Recht auch religiös interpretieren, indem man sagt, es sei die Rückkehr des verlorenen Sohnes in das Haus des Vaters. Auch so wird die Verklärung empfunden. In einer Zeit aber, in der die Götter von den einzelnen Glaubensbekenntnissen gern für sich reserviert werden, möchte ich doch die aus der Erfahrung resultierende Bemerkung machen: Samadhi ist so völlig ungebunden an bestimmte Konfessionen, Sekten und Vereine; frei von Richtungen, Meinungen und Systemen - wie der Schneekristall, der durch die Lüfte taumelt, wie der Duft des jungen Maimorgens oder wie die letzten Strahlen der Abendsonne, die über die rauhe Rinde eines alten Baumes streichen.

Nichts liegt mir ferner, als zu behaupten, das Thema "Bewußtseinskreise" sei hiermit ausreichend umrissen oder durchleuchtet worden. Ich habe lediglich versucht, die begrenzten Erfahrungen in der Mentalprojektion und des Samadhi gedanklich zu koordinieren und aufzuschreiben, um sie wenigstens bruchstückhaft von einer Ebene der Besinnung aus überschaubar zu machen. Ich glaube aber, daß die Jugend den Phänomenen Seele, Sein und Tod nicht mehr so betont ausweichen wird, wie es ihre Väter bis auf einige Ausnahmen - getan haben. Niemand wird wohl heute so vermessen sein, Endgültiges über Zeit, Raum, Form und Bewußtsein aussagen zu wollen. Dazu müßte man erst erfahren, was andere Zivilisationen in den Weiten des Universums an Erkenntnissen erreicht und verwirklicht haben. Wenn aber dieser Bericht, der nicht auf Sand gebaut wurde, neue Denkanstöße vermitteln sollte, wäre das Nutzen und Lohn genug. Den Gegnern der Parapsychologie sei gesagt: Der Zugang zur ASW muß mit Mühe und Geduld erarbeitet werden; nur dann findet man den Schlüssel zum Verständnis des scheinbar Unmöglichen. Es gibt erweiterte Naturgesetze, verkannte, unbekannte, die zur menschlichen Psyche eine enge Beziehung haben und uns schließlich das Erlebnis des Mystischen ermöglichen. Kritisieren allein ist bequem und genügt nicht, denn es räumt dem Skeptiker seinen intellektuellen Ballast nicht beiseite und er muß weiterhin mit dem Zweifel leben wie bisher.

Es ist kaum noch zu verkennen, daß im Menschen höhere Sinne angelegt sind, als die uns vertrauten und bisher wirksam gewordenen. Die Naturschaft uns auf geheimnisvolle Weise feinere Organe der Kommunikation und Wahrnehmung, die uns helfen werden, den Horizont unseres Bewußtseins beträchtlich zu erweitern. Im Zuge der Evolution beginnen sich neue Sinne im Menschen zu regen und zu entfalten, die es uns einmal ermöglichen werden das Geheimnis von Leben und Tod, Welt und Sein zu begreifen, denn unsere "gewöhnlichen" Sinne sind an die Grenzen ihrer Reichweite gestoßen.

PSI UND KUNST

DER GEIST DES "BLAUEN REITERS"

Die verschiedenen Erlebnisse meines Berichtes über Mentalprojektion zeugen in ihrer Gesamtheit von einem Durchbruch in fremde Seinsebenen oder Frequenzen, von einem Einblick in das Vorfeld einer ganz andersartigen Welt, von deren Existenz die offizielle Wissenschaft noch kaum etwas weiß, und das nicht zuletzt deshalb, weil man die subjektiv - empirischen Berichte über außerkörperliche Erlebnisse in phantasieloser Voreingenommenheit als Halluzinationen abtut. Außerdem gibt es noch keine technisch - physikalischen Geräte, mit denen man die Realität des Mentalkörpers beweisen oder seine Bewegungen verfolgen könnte, so wie man ein Flugzeug mit einem Radargerät verfolgt.

Trotzdem gibt es viele namhafte Wissenschaftler, die für die Probleme der ASW aufgeschlossen sind. Die Phänomene, mit denen es die Parapsychologie zu tun hat, wie Telepathie, Hellsehen, Psychokinese und Präkognition, werden nicht nur für möglich gehalten, sondern als eine bedeutende und ernst zu nehmende Seite der menschlichen Psyche erkannt, der bisher zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wurde.

Der Durchbruch in neue Bewußtseinsfelder und fremde Schwingungsebenen, der sich am wetterleuchtenden Horizont eines neuen Zeitalters immer deutlicher abzuzeichnen beginnt, läßt sich nicht nur durch die neuesten Forschungen der Physik und Parapsychologie erkennen. Auch an anderen Bereichen des schöpferischen Geistes sieht man die Zeichen aufleuchten, die unmißverständlich vor Augen führen, daß der menschliche Wille darauf drängt, Materie zu "zerbrechen", sie transzendent zu machen für die Bedürfnisse und Sehnsüchte der Seele, die so lange in den Ketten einer rationalistischen Weltsicht gefangen lag. Und wo könnte man dieses "Zerbrechen" und "Aufschließen" der materiellen Erscheinungen besser beobachten als in der Entwicklung der modernen Kunst seit der Jahrhundertwende. Die Kunst lag der Seele schon immer näher als Naturwissenschaft und Technik. Durch ihre Fähigkeit, die leisesten und intimsten Regungen der Psyche aufzuzeichnen, wurde sie zum empfindlichen Seismographen der emotionellen Regungen, Sehnsüchte und Bildekräfte eines Volkes. Die tief greifende Wirkung der modernen Kunst auf die Entfaltung der menschlichen Psyche zu immer höheren Bewußtseinsformen ist nicht zu übersehen und für die Zukunft von weittragenderer Bedeutung als etwa Kriege und Revolutionen. Der Philosoph Friedrich Nietzsche erkannte klar, daß, wenn aller Rauch und Lärm der Revolution sich verzogen hatte, meistens nichts geschehen war, vor allem nichts Positives, und daß die wirklichen Veränderungen mit Taubenfüßen auf diese Welt kommen würden.

Die Kunst ist nur einer dieser Taubenfüße, die den Boden in der menschlichen Gesellschaft für die Erkenntnis vorbereiteten, daß die "feste" Materie nicht das einzige Schwingungsfeld darstellt, das für Geist und Bewußtsein erfahrbar ist. Sie wirkte als Schrittmacher höchster Potenz für die Erkenntnis, daß es noch viele andere Seinsebenen gibt, die in anderen Frequenzen schwingen als die "materielle", in die wir verflochten zu sein glauben. Dabei wurde von seiten der Parapsychologie die menschliche Psyche als die "Schaltstelle" zwischen Beiden Wirklichkeiten erkannt (Professor Bender).

Wenn ich nun die Beziehungen von PSI und Kunst etwas näher beleuchten möchte, so genügt es vorerst, aus der großen Zahl seiner Pioniere drei Namen zu nennen, die fast jedem Leser bekannt sein dürfen, da sie mit der Entwicklung einer modernen, bis in die "Transzendenz" vorstoßenden Malweise aufs engste verbunden sind - nämlich Franz Marc, Wassily Kandinsky und Paul Klee.

Kandinsky und Marc waren die Begründer der Künstlergruppe "Blauer Reiter", mit der sich Klee freundschaftlich verbunden fühlte. Die erste Ausstellung des "Blauen Reiters" war 1911; in jener Zeit wurden die Quellen für die abstrakte Kunst unseres Jahrhunderts erschlossen. Jeder dieser drei Maler entwickelte einen unverkennbar eigenständigen Stil, dessen Siegel auf die Werke einer Generation von Schülern und Jüngern aufgeprägt wurde und bis in die Gegenwart hinein nicht verwischt werden konnte. Auch die meisten

Kunstrichtungen der "Avantgarde", die sich später im Anschluß an die Erkenntnisse des "Blauen Reiters" in anderen Ländern bildeten, bewegten sich in Richtung der Transzendenz.

Bei der kurzen Analyse der Stilmerkmale, die uns das Hineinwachsen ihres Geistes in die transzendenten Bereiche der Seele vor Augen führen - und damit auch die Beziehungen von PSI und Kunst erkennbar machen -, können natürlich nur die groben Umrisse fixiert werden. Wer sich näher mit dem "Blauen Reiter" und seinen Repräsentanten beschäftigen will, findet in der Kunst und Fachliteratur die entsprechende Information und Führung. Auch wenn hier nur von Malerei die Rede ist, so kann man doch sagen, daß eine ähnliche Entfaltung der Darstellungsmittel und Zielsetzungen auch in anderen Bereichen der Kunst (Musik und Plastik) zu beobachten ist und daß die hier befolgten Gedankenbahnen sinngemäß in diese Bereiche transponiert werden können. Denn Kunst ist ein umfassendes Ringen der menschlichen Psyche um Erkenntnis und Selbstbesinnung und läßt sich von dieser höheren Warte aus nicht in trennende Techniken aufspalten, die doch nur Ausdrucksmittel für die verschiedene Mentalität der Schaffenden sind. Das Ziel ist immer das gleiche: das Hinausschreiten über die Grenzen des Rationalen.

An vielen Aussprüchen und Stellungnahmen zu ihrem... künstlerischen Willen erkennen wir, daß es den Vertretern moderner Kunst um mehr ging als um ein Komponieren von Formen und Farben. Eine tief im Menschen verwurzelte Sehnsucht scheint sich zu lockern und aufzubrechen, eine Sehnsucht zur Transzendenz, die eine Auflösung aller "Inhalte" in der Kunst zu fordern scheint und eher darauf drängt, zur reinen Form vorzustoßen, die der Vorstellung eines "universellen Seins" sichtbaren Ausdruck verleihen könnte.

Nach meinen außersinnlichen Erlebnissen zu urteilen, ist die Möglichkeit dieses zeit- und grenzenlosen Seins in der menschlichen Gestalt verankert und vorgesehen, das sich im "Samadhi" und den neuen Bewußtseinskreisen an den Grenzen der ASW herauskristallisierte.

Wie aber versuchten unsere drei Maler, die Ebene des rationalen Daseins in der Materie zu übersteigen und mit ihrer Kunst in die Bereiche der Transzendenz vorzustoßen? Die Entfaltung ihrer Stilmerkmale, die vom Gegenstand ausgehend bis zur Abstraktion reinen "Seins" vordringt, die in Formen und Farben sichtbaren Ausdruck gewinnt, macht den Vorgang deutlich.

Franz Marc

Jeder Liebhaber der modernen Kunst kennt diesen Namen und weiß, daß Marc vor allem als Darsteller einer innerlich erlebten Tierwelt bekanntgeworden ist, der er in einer farbdurchglühten Form und Größe der Komposition ein bleibendes Denkmal gesetzt hat. Er lauschte den feinen Regungen der Tierseele nach und empfand tief ihre Reinheit und Schönheit, die er einzubetten mußte in die Formenwelt eines paradiesischen Raumes, einer Landschaft oder eines Waldes. Marc empfand auch tief den Traum, der sich mit seiner Kunst über die Erscheinungen dieser Welt legte. Einer seiner frühen Aussprüche lautet:

"Kunst ist nichts als der Ausdruck unseres Traumes; je mehr wir uns ihr hingeben, desto mehr nähern wir uns der inneren Wahrheit der Dinge, unserem Traumleben, dem wahren Leben."

Jeder, der das Werk Franz Marcs kennt, weiß, wie sehr der Maler darum rang, die reinen prismatischen Farben, die er verwendete, in entsprechende reine Formen zu kleiden. Dieser Wunsch zur Reinigung und Steigerung seiner Darstellungsmittel ließ ihn neue Wege der Gestaltung suchen. Über die Erkenntnisse des Frühkubismus, den er in Frankreich kennengelernt hatte, gelangte er schließlich zu einer Aufteilung und Durchdringung der Bildfläche in geometrische Formen mit zum Teil kristalliner Struktur. Nun hatte er eine Synthese von Farbe und Form gefunden, die er in der Folgezeit immer mehr ausbaute und schließlich bis zur Abstraktion vordrang.

Mit den neu gefundenen Mitteln von reinen spektralen Farben und geometrisch - prismatischen Formen begann nun Marc seine Tierwelt immer mehr zu abstrahieren. Erst waren die Tiere noch fragmentarisch in die Komposition eingeflochten, doch später wurde ihre Gestalt immer schwerer aufzufinden. Marc drang vom speziellen Erlebnis des Tieres vor in den Raum eines umfassenden Bewußtseins, das jetzt über das irdische hinauswies und auch kosmische Kräfte und transzendente Regionen zu umfassen suchte.

Natürlich wird diese Entfaltung zur reinen Form, die ja eine große Überwindung der bekannten Naturgestalten voraussetzte und schon in der Atmosphäre des "Blauen Reiters" geschah, auch den Einfluß Kandinskys deutlich machen, der damals ebenfalls zur Abstraktion vorgestoßen war; und das schon einige Zeit vor Franz Marc. In seiner letzten und zunehmend abstrakteren Schaffenszeit hatte Marc die Erscheinungen der Natur - einschließlich seiner Tierwesen - in prismatische Formen zerlegt und dann mit Lichtbündeln durchstrahlt, die sich an den Ecken und Kanten der einzelnen Bildbausteine in tausend Farben brechen. Mit diesem "Zerstrahlen" der Farb - und Formgruppen erreichte er eine Transparenz des Bildraumes, die dem Betrachter fast erlaubt einzutreten, um seine künstlerische Botschaft auch von innen zu erfüllen.

An dieser Stelle möchte ich einen Vers Goethes anführen, der sich überzeugend auf die Kunst des reifen Marc und seine Technik beziehen läßt:

"Ich Prisma bin ins Licht gestellt Zum Zeugnis einer besseren Welt, Laß aus der Dünste trübem Netz Erkennen Gott und sein Gesetz!"

Franz Marc wußte, daß er mit seiner Kunst gegen eine Mauer des Mißverstehens anrannte; er schrieb im Katalog zur Ausstellung des "Blauen Reiters" 1911 in München.

"In unserer Epoche des großen Kampfes um die Kunst streiten wir als ‚Wilde‘, nicht Organisierte, gegen eine alte, organisierte Macht. Der Kampf scheint ungleich; aber in geistigen Dingen siegt nie die Zahl, sondern die Stärke der Ideen. Die gefürchteten Waffen der ‚Wilden‘ sind ihre neuen Gedanken; sie töten besser als Stahl und brechen, was für unzerbrechlich galt."

Ähnlich wie damals die Maler mit ihrer kühnen, zerbrechenden Malweise von Kritikern und Skeptikern angegriffen wurden, so geht es heute oft den Forschern auf dem PSI - Feld, einem Lebensfeld, in dem die "Rationalisten" nicht atmen können.

Rückblickend auf das Werk Franz Marcs zeigt sich uns ein Hymnus von Farbe und Licht, der uns, stufenweise vom Dasein bis zum Sein vordringend, die Einheit aller Dinge vor Augen führt.

Kandinsky

Man hat den Russen Wassily Kandinsky sicher zu Recht den Vater der abstrakten Kunst genannt. Zwar gab es schon vorher Bestrebungen, die erkennen ließen, daß sich in der Kunst etwas Neues anzubahnen begann. Das läßt sich zurückverfolgen bis zu Gauguin und van Gogh, die in ihrem Schaffen die abstrakten Werte von Form und Farbe immer mehr in den Vordergrund rückten. Trotzdem wird man Kandinskys erstes abstraktes Aquarell von 1910 als den primären Ausgangspunkt der abstrakten Kunst in der westlichen Welt ansehen müssen. Dem in einer grandiosen Technik und Leichtigkeit gemalten Bild war kein Tasten und Suchen mehr anzumerken, und es zeichnete praktisch den Weg schon vor, den Kandinsky in den Folgejahren bis ins hohe Alter hinein beschreiten sollte.

Über einen mehr impulsiven abstrakten Stil gelangte er später - etwa seit der Bauhaus - Periode - zu einer rein geometrischen Bilderwelt, die er mit unerschöpflicher Phantasie zu beleben wußte. Was Kandinsky suchte, war das absolute Kunstwerk, das frei von allen literarischen Inhalten sein Leben nur aus den ureigensten Mitteln der Malerei, nämlich Form und Farbe, schöpfen sollte. Wie ja auch die Musik im Grunde schon immer abstrakt war, weil sie sich ausschließlich auf die Komposition von Ton und Rhythmus aufbaut, die ihre ureigensten Mittel sind. Viele Bilder Kandinskys, die der geometrischen Periode vorausgingen, tragen Titel aus der Tonkunst - Komposition, Improvisation - und zeigen,

daß der Künstler seine Mittel wie der Musiker einsetzte und damit die absolute Autonomie der Malerei demonstrierte.

Folgendes Zitat macht seine Kunstauffassung deutlich:

"Farben und Formen an sich erwecken mächtige seelische Widerklänge. Der Betrachter muß Bilder als Form und Kombination von Farben ansehen, die einen inneren Zustand und keine äußerlichen Dinge wiedergeben."

Kandinsky war es auch, der auf Grund seiner intellektuellen Fähigkeiten zum Mittelpunkt des "Blauen Reiters" wurde, den er zusammen mit Franz Marc gegründet hatte. Durch seine Schriften: "Über das Geistige in der Kunst" und "Punkt und Linie zu Fläche", wurde er auch als Theoretiker und Philosoph dieser neuen Kunstrichtung der Öffentlichkeit bekannt.

Als besonders wichtig für unsere Betrachtung von PSI und Kunst empfinde ich im Werk Kandinskys die Murnauer Periode", die dem ersten abstrakten Aquarell vorausging und die man als den eigentlichen Schmelztiegel bezeichnen könnte, in dem die Auflösung der materiellen Erscheinungen vollzogen wurde. Sie bereitete den Durchbruch in die rein geistige Welt abstrakter Formen vor, der Kandinsky sein späteres Schaffen widmete. In dieser "Murnauer Zeit" malte der Künstler anfangs noch durchaus gegenständlich; doch waren alle Bildbausteine von einem inneren Feuer erfüllt, das man nur als ein Leuchten der Seele bezeichnen kann. Seine vielen Landschaften der Murnauer Gegend, die zu allen Jahreszeiten entstanden sind, sehen aus, als seien sie mit "Astrallicht" gemalt. Nur eine wahrhaft große Seele konnte dieses Werk Schatten.

Hier sehe ich auch eine Parallele zu dem Werk des Expressionisten Karl Schmidt - Rottluff, dessen Bilder das gleiche "astrale Leuchten" zeigen. Jeder Kenner Schmidt Rottluffs wird das wissen. Und jeder Kenner Kandinskys weiß auch, daß im Schmelztiegel der Murnauer Periode die Substanz gekocht wurde, die den künstlerischen Durchbruch von der Naturgestalt zur Abstraktion ermöglichte. Denn an manchen Bildern der Murnauer Zeit kann man die Auflösung der sichtbaren Erscheinungen zur Transzendenz im Vollzug beobachten.

Nach und nach beginnen sich die Dinge zu lösen, verlieren ihr Gewicht, ihren Halt in der Materie. Erst sind es Häuser, Dächer und Kirchtürme, die zu schweben beginnen; dann aber Bäume, Hügel und Seen. Alles wölbt sich in einer befreienden Geste hoch ins Azur und vereinigt sich mit den weißen Wolken zu fliegenden, entschwebenden Formen dieser Welt.

Daraus entwickeln sich später seine abstrakten Kompositionen, in denen Kirche, Hügel, See und Wolke nicht mehr als getrennte Dinge zu erkennen sind, sondern höchstens noch durch ihre Farbe in ihrer Herkunft gedeutet und erahnt werden können.

Und alles ist ewiges, zeitloses Schweben, in dem die reinen Klänge von Farbe und Form die einzige Sprache bilden, die der Seele des Betrachters vom Geheimnis freierer Welten berichtet. Ein Schweben in Räume und Zeiten, die nicht mehr nach unseren begrenzten Maßstäben bemessen werden können; denn unsere Uhren haben kein Zifferblatt für die Ewigkeit, und unsere Maßstäbe versagen in einem Raum, der nicht mehr nach Metern, sondern nach "Sein" gemessen wird.

Ein derart befreiendes Schweben ist uns auch von den Aquarellen und Gemälden Ernst Wilhelm Nays bekannt - vor allem aus seiner "Scheiben - Periode". Der im Jahre 1968 verstorbene Maler war einer der größten Repräsentanten der abstrakten Kunst seit Kandinsky und Mondrian. Seine in einem undefinierbaren Raum schwebenden Farbformen sind geistig - seelische Seinsqualitäten und gehören als solche in den Bereich hoher Bewußtseinskreise des Menschen.

In folgendem Ausspruch legt Kandinsky sein künstlerisches Trachten und Wollen dar. Die Worte sind von dem Geist und der prickelnden Atmosphäre des "Blauen Reiters" in seinen Gründerjahren inspiriert:

"Leidende, suchende, gequälte Seelen mit tiefem Riß durch den Zusammenstoß des Geistigen mit dem Materiellen verursacht. Das Gefundene. Das Lebende der lebenden und der "toten" Natur. Der Trost in den Erscheinungen der Welt - äußerer, innerer. Ahnen der Freude. Das Rufen. Das Sprechen vom Geheimen durch Geheimes. Ist das nicht der Inhalt? Ist das nicht der bewußte oder unbewußte Zweck des zwingenden Schaffensdranges? Schade um den, welcher die Macht hat, in den Mund der Kunst die nötigen Worte zu legen, und es nicht tut. Schade um den, welcher sein Seelenohr vom Munde der Kunst abwendet.

Mensch spricht zum Menschen vom Übermenschlichen - die Sprache der Kunst." An einigen gewichtigen Gedanken, die Kandinsky in seinem Buch "Über das Geistige in der Kunst" äußert, erkennen wir die Last und die Dunkelheit, die es beim Durchbrechen der "Schwelle" vom Materiellen ins Geistige zu überwinden galt und heute noch gilt: "Unsere Seele, die nach der langen materialistischen Periode erst im Anfang des Erwachens ist, birgt in sich Keime der Verzweiflung des Nichtglaubens, des Ziel und Zwecklosen. Der ganze Alpdruck der materialistischen Anschauungen, welche aus dem Leben des Weltalls ein böses, zweckloses Spiel gemacht haben, ist noch nicht vorbei. Die erwachende Seele ist noch stark unter dem Eindruck dieses Alpdruckes. Nur ein schwaches Licht dämmert wie ein einziges Pünktchen in einem enormen Kreis des Schwarzen. Dieses schwache Licht ist bloß eine Ahnung, welches zu sehen die Seele keinen Mut hat, im Zweifel, ob nicht dieses Licht - der Traum ist, und der Kreis des Schwarzen - die Wirklichkeit."

Paul Klee

Klee wurde im Jahre 1879 bei Bern in der Schweiz geboren. Im Laufe seines künstlerischen Ringens, Maler zu werden, durchschritt er erst eine Periode grafischen Gestaltens, in der er Interesse für die Satire zeigte. Schon damals erkannte man seine starke Begabung für das Zeichnerische, die sich in einer gespannten und feinnervigen Linie bemerkbar machte. Um das Jahr 1914 entdeckte er auch die Farbe für sich und wurde später zu einem der großen Coloristen und Bildmagier unseres Jahrhunderts. Das Werk Klees ist in seiner Struktur dermaßen vielschichtig, daß es hier unmöglich ist, auf die einzelnen Strömungen und Unterströmungen seiner Bildsprache genauer einzugehen. In einem allgemeinen, aber gedrängten Überblick will ich versuchen, einige gestalterische Akzente und Nuancen wiederzugeben, die beim Betrachten seiner Werke in den Vordergrund treten. Denn gerade in seiner Kunst finden wir geheimnisvolle Parallelen zum Problem des geistigen Sehens und der ASW im allgemeinen. Es bedarf aber eines empfindsamen Einfühlungsvermögens, um die gemeinsamen Grundstrukturen von PSI und Kunst zu erkennen.

Das besondere Verdienst Klees war es, daß er das Unbewußte oder Unterbewußte als das formbare Material seiner Kunst ins Werk setzte und durch einen neuen Ablauf des Schaffensprozesses sichtbar machte. Er ging nicht mehr nur von den fertigen Eindrücken aus, wie sie die Natur in ihren vielfältigen Erscheinungen bot, sondern begann am Werk selbst und wuchs während des Malens in die Geheimnisse des verborgenen Bildwerdens hinein, indem er die unerschlossene Formenwelt der Seele anzapfte.

Klee sagte zu seiner Arbeitsweise:

"Gemälde kommen ohne die Kontrolle des Bewußten zustande; manchmal auch mit ihr. Man weiß nicht genau, wie sie ausfallen werden. Vielleicht möchte man, daß sie so oder so werden. Auf jeden Fall kann man die Bilder nicht durch einen Willensakt erzeugen; sie entstehen von selbst."

Beim Betrachten der Bilder Klees hat man oft den Eindruck, daß die Linien, Farben und Symbole nichts Fertiges darstellen, sondern in einer Bewegung fixiert sind, die gerade erst aufgehört hat, im nächsten Augenblick aber wieder weitergehen könnte. Es ist alles im Wachsen und Werden begriffen, in Verwandlung oder Auflösung. Viele seiner Gestalten scheinen transparent und schleierhaft zu sein. Im Räumlichen seiner Bilder durchdringen

sich viele Schichten und Ebenen, ohne einen zentralen Ort des Verbleibens oder eine Mitte zu bieten. Im Zeitlichen sind sie nicht einzuordnen und unterliegen nicht dem gewohnten Kausalzusammenhang, den wir in den Begriffen "vorher" und "nachher" empfinden. Und in der Farbe schließlich bleiben sie meistens ein Geheimnis, das aus tieferen Quellen stammt als aus rationalistischen.

So steht die Malerei Klees konträr zur klassischen Kunst, die sich eine Veredelung der fertigen Naturdinge zum bildnerischen Inhalt machte, also immer von festem, nicht wankendem Boden ausging. Klee beobachtete zwar die Gestalten der Natur aufs genaueste, drang dann aber zu den inneren Baugesetzen, Wachstumskräften und Spannungen vor, die er in ihrer ständigen Bewegung und Verwandlung darzustellen suchte. Er führte uns in Bereiche der Seele, in deren Vorfeld er den Symbolen intimer Wünsche, feiner nervlicher Reflexe und Entladungen begegnet. Mit fühlender Hand und straffer oder kritzelnder Linie folgt er wie in einer hellen Trance den Eingebungen seines Unterbewußtseins, die er mit "pochendem Herzen" in immer tiefer sinkende Gründe der Psyche verfolgt und so bis zum "Samen" der Schöpfung vordringt. Ja, er möchte den Akt des schöpferischen Werdens selbst nachvollziehen. Das sich nun bietende Ergebnis belauscht er mit dem "Seelenohr", erforscht es mit seinem wachen Intellekt und setzt erst dann einen Titel ein, der oft noch wie ein Geheimnis über seiner Schöpfung schwebt.

Manchmal scheinen es Erinnerungen zu sein, Befürchtungen, Träume und versteckte Sehnsüchte, die zur Bildwerdung aus dem Unterbewußten an die Oberfläche drängen und sich in symbolisch verschlüsselter Graphologie mit sensibler Hand niederschreiben. Klee sieht mit meditativer Hingebung in die unergründlichen Räume der Archetypen und zerrt einige ans grelle Licht der Materie, für die es "hier" keine Worte, keine Sprache, gibt, mit der die Zeichen und Symbole benannt werden könnten. Und kaum ans Licht gebracht, scheinen diese Fragmente des Unbewußten wieder zu versinken - hinab ins "Zwischenreich", aus dessen Dunkel und Lichte er sie auferstehen ließ.

Dann wieder formen sich die Zeichen und Symbole zu durchaus Bekanntem, Erkennbarem - zur Vision eines Hauses, der Pyramide eines Berges oder zu seltsamen Männchen, die wie gnomenartige Wesen im imaginären Raum erscheinen. Sie haben zwei dunkle Punkte als Augen, können aber nicht sprechen, und in ihrem Tun läßt sich kein nützlicher Sinn erkennen.

Oft tauchen im Zwischenreich Fenster auf, einzelne Buchstaben oder Wortfetzen; Vögel und Fische, die sich wie Fabeltiere zwischen den seltsamen Gebilden astraler Pflanzen verstecken möchten. Oder sie blicken neugierig in die farbige Szene, als möchten sie die plötzliche Geburt ihres Daseins selbst ergründen. Hinter manchem der Fenster im Zwischenreich gähnt ein schwarzer Abgrund, der wohl in noch größere Tiefen weist. Kleine Fichten stehen wie Erinnerungen in diesem Grenzbereich der Seele - sie entwachsen aber keinem Boden, sondern leuchten irgendwo auf zwischen Fensterkreuz, Vorhang und Mond.

In einem anderen Abschnitt von Klees Schaffen, in dem er sich noch mit Erscheinungen dieser Welt auseinandersetzt, werden die Dinge seltsam verfremdet und verzerrt wiedergegeben. Die Häuser der Vorstadt verformen sich zu tonnenartigen Gebilden oder blähen sich auf, als sei der Stoff, aus dem sie wurden, nichts Festes oder Materielles. Auch scheint die Schwerkraft längst aufgehoben, denn ganze Städte beginnen zu schweben und gleiten wie auf ätherischen Wellen dahin.

In seinen letzten Schaffensjahren wendete sich Klee immer mehr von der Daseinswirklichkeit ab und dem Psychischen zu - , anderen Seinsschichten hinter den Schleiern der materiellen Welt, die er ein Leben lang innerlich schaute und zu formen versuchte. In einer Tagebuchnotiz, die heute auf seinem Grabe steht, bekennt er uns:

Diesseits bin ich gar nicht faßbar. Denn ich wohne gerade so gut bei den Toten wie bei den Ungeborenen. Etwas näher dem Herzen der Schöpfung als üblich. Und noch lange nicht nahe genug."

Das innere Wesen der Dinge erweckte tiefe Resonanz in der Seele des Künstlers und wurde durch seine schöpferische Phantasie und Intuition zum Symbol und Bilde geformt. Einer Ahnung aus den Urründen des Seins folgend, daß die Dinge und Daseinsfaktoren in unserem zeitlich begrenzten Leben nicht die einzige Wirklichkeit sein können, trieb er die materiellen Erscheinungen in die Transzendenz.

PSI und Kunst entspringen den gleichen Quellen
menschlichen Suchens!

Wenn wir Paul Klee nach dem tieferen Sinn und den verborgenen Gründen seiner Kunst befragen, so gibt er uns die lapidare Antwort: Es geht hier darum, "das Unsichtbare sichtbar zu machen".

Fast die gleiche Antwort gibt uns der deutsche Maler Max Beckmann, der in seinen letzten Lebensjahren in New York unterrichtete, wo er am 27. Dezember 1950 starb: "Ich suche nach der Brücke, die vom Sichtbaren ins Unsichtbare führt.

AUSKLANG

"Wir zerlegen heute die keusche, immer täuschende Natur und fügen sie nach unserem Willen wieder zusammen. Wir blicken durch die Materie, und der Tag wird nicht ferne sein, an dem wir durch ihre Schwingungsmasse durchgreifen werden wie durch Luft. Stoff ist etwas, das der Mensch höchstens noch duldet, aber nicht anerkennt." (47.

Aphorismus)

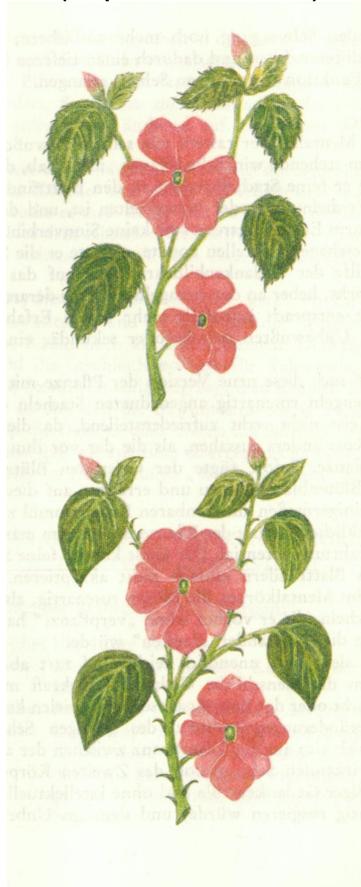
Franz Marc

Das Meer von Gefahr, Zweifel und Verneinung, das des Menschen kleine Insel der Sicherheit umbrandet, ruft ihn auf, das Unbekannte zu wagen.

Tagore

ANHANG

TEXT ZUR FARBIGEN BLUMENDARSTELLUNG (Impatiens sultani)



Obere Darstellung: Die wirkliche Pflanze im Normalzustand gesehen. Die grünen Blätter sind an den Rändern gekerbt und mit feinen Stachelhärchen versehen. Die Blüten haben fünf Blütenblätter.

Untere Darstellung: Die gleiche Pflanze vom Mentalkörper aus gesehen - während einer Exkursion.

Beim geistigen Sehen waren die Blattränder völlig glatt, und sie hatten auch keine Stachelhärchen. Dafür befanden sich gut ausgebildete Stacheln an den Pflanzenstengeln, wie es bei einer Rose der Fall wäre. Es waren auch mehr als fünf Blütenblätter zu sehen, so daß der Gesamteindruck der Blüten üppiger und eher "rosenmäßig" war.

Dieses Beispiel macht deutlich, daß das geistige Sehen während einer Exkursion nicht auf optischer Strahlenübertragung beruht, sondern auf Sinnbilder, Ideen und Vorstellungen aufbaut, die erst im Bewußtsein des Sehenden formiert werden. Es ist kaum zu verkennen, daß die Stacheln an den Stengeln der geistig gesehenen Pflanze ideell" von den feinen Stachelhärchen entlehnt sind, die ursprünglich die Blattränder einsäumten.

Bemerkenswert ist auch, daß die Farben beim geistigen Sehen nicht oder kaum verändert werden; sie gehören anscheinend einer höheren Abstraktions - oder Seinsstufe an und liegen der Seele näher als Formen. Die zusätzlichen roten Blütenblätter sind durch unterbewußte Gedankenbildekräfte erzeugt. (Siehe auch: Die Funktion des geistigen Sehens während einer Exkursion - Strukturen und Probleme.)

Wie man den weißen Sonnenstrahl durch ein Prisma zerlegen kann und in den einzelnen Farben das innere Gesetz des Lichtes erkennt, so kann man auch den hier wirkenden Sehvorgang noch mehr auffächern, ihn genauer differenzieren und dadurch einen tieferen Einblick in die Funktion des geistigen Sehens erlangen.

Analyse: Der Mentalkörper tastete mit seinem Bewußtsein die vor ihm stehende wirkliche Pflanze "ideell" ab, dabei erkannte er feine Stachelhärchen an den Blatträndern. Da diese Erscheinung in der Natur selten ist, und der Geist aus seinem Erfahrungsreservoir keine Sinnverbindung zu dem Gesehenen herstellen konnte, ordnete er die Stacheln mit Hilfe der Gedankenbildekraft, die auf das Astrallicht wirkt, lieber an den Stengeln an. Eine derartige Plazierung entsprach jedenfalls mehr seinen Erfahrungen, die im Unbewußten primär oder sekundär eingelagert sind.

Aber auch diese neue Version der Pflanze mit den an den Stengeln rosenartig angeordneten Stacheln erschien dem Geist nicht recht zufriedenstellend, da die Blüten einer Rose anders aussahen, als die der vor ihm stehenden Pflanze. Sofort fügte der Geist den Blüten noch einige Blütenblätter hinzu und erreichte auf diese Weise einen einigermaßen annehmbaren Kompromiß zwischen der wirklichen Gestalt der Pflanze und seinem mangelhaften Erfahrungspotential. Der Geist konnte feine Stacheln an den Blatträndern einfach nicht akzeptieren. Lieber sah er im Mentalkörper die Blüten rosenartig, als daß er die Stacheln (die er vorher schon "verpflanzt" hatte) zurück an die Blattränder "denken" würde.

Man sieht, wie unendlich leicht und zart aber doch wirksam die menschliche Gedankenbildekraft mit dem Astrallicht oder der Bewußtseinsenergie spielen kann. Die Formveränderungen während des geistigen Sehens ergeben sich also aus der Diskrepanz zwischen der automatisch wirkenden Sehfunktion des Zweiten Körpers (die bei völliger Gedankenstille und ohne intellektuelle Zweifel richtig reagieren würde) und dem im Unbewußten eingelagerten Erfahrungsschema, das den Sehvorgang beeinflusste und dem Geist suggerierte, Stacheln hätten sich bei einer Pflanze an den Stengeln zu befinden und nirgends anders, So wirken die Erfahrungen des Intellekts dauernd störend und ändernd auf die geistige Sehfunktion ein.

Da dieser aufgefächerte Sehvorgang sich außerhalb des physischen Körpers und damit außerhalb der Zeit vollzieht, braucht er auch keine Zeit zu seinem Ablauf, sondern meldet dem sehenden Geistkörper "sofort", daß die vor ihm stehende Pflanze eben diese abgeänderte Form habe.

Jede psychische Kommunikation wirkt im Licht des reinen Bewußtseins und ist innerhalb der Transzendenz weder an Raum noch an Zeit gebunden. Deshalb wird man wohl die Strahlentheorie für Telepathie, Hellsehen und Exkursion endgültig begraben können. Es sieht vielmehr so aus, daß die Bewußtseinsenergie im psychischen Feld die Gehirne aller Wesen durchdringt und verbindet, und daß wir auf einer überregionalen oder archaischen Ebene zu einem großen "Weltbewußtsein" gehören.

DIE HERAUSLÖSUNG DES MENTALKÖRPERS SCHEMATISCH DARGESTELLT

Erläuterung der grafischen Darstellungen:

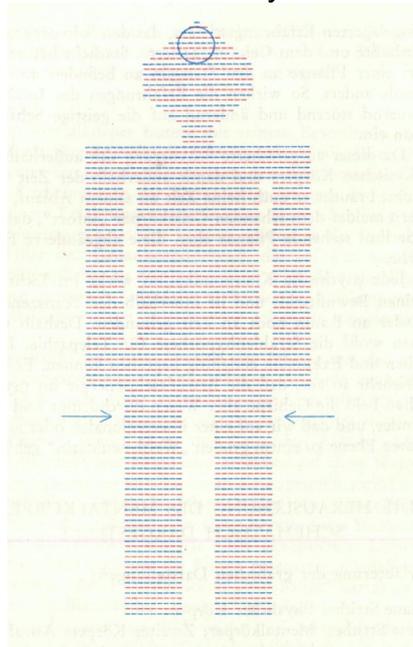
Blaue Striche: Physischer Körper

Rote Striche: Mentalkörper; Zweiter Körper; Astralkörper

Blaue Kreise: Bewußtsein (Wahrnehmung des Selbst)

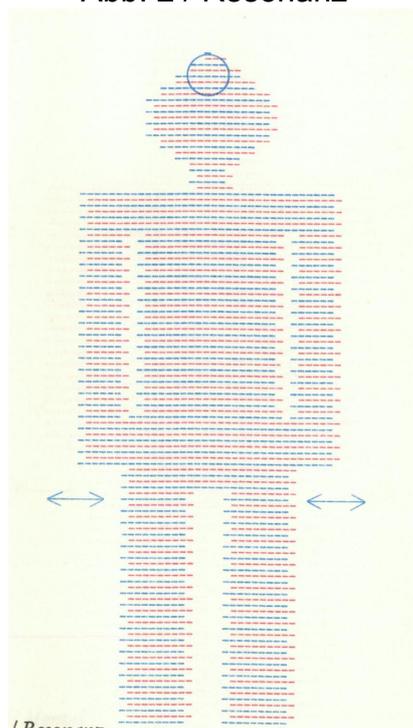
Blaue Pfeile: Der Kampf zwischen Sog - und Bindekräften während der Herauslösung wird durch die Pfeile gekennzeichnet. Pfeile nach innen gerichtet: Bindekraft, nach außen gerichtet: Sogkraft

Abb. 1 / Physis



Hier wird gezeigt, wie sich im Normalzustand der physische Körper und der Mentalkörper durchdringen; beide Körper sind durch starke natürliche Bindekräfte miteinander verkettet.

Abb. 2 / Resonanz



BIBLIOGRAPHIE

- Andreas, P. und Kilian, C.: Die phantastische Wissenschaft. Düsseldorf/Wien 1973.
Bender, H.: Unser sechster Sinn. Stuttgart 1971.
Driesch, H.: Parapsychologie. München 1967.
Faraday, Ann: Die positive Kraft der Träume. Bern/München/Wien 1972.
Ford, A.: Bericht vom Leben nach dem Tode. Bern/München/Wien 1972.
Fox, O.: Astral Projection. New York 1962.
Jacobson, N. - O.: Leben nach dem Tod? Zug/Düsseldorf Wien 1972.
Jung, C. G.: Synchronizität als ein Prinzip akausaler Zusammenhänge. Zürich 1952.
Kandinsky, W.: Über das Geistige in der Kunst. Bern 1973.
Monroe, R. A.: Der Mann mit den zwei Leben. Düsseldorf/Wien 1972.
Muldoon, S. J. und Carrington, H.: Die Aussendung des Astralkörpers. Freiburg i. Br. 1964.
Neuhäusler, A.: Telepathie, Hellsehen, Präkognition. Bern / München 1957.
Schneider, A.: Besucher aus dem All. Das Geheimnis der unbekanntenen Flugobjekte. Freiburg i. Br. 1973.
Sculthorp, F. O. Meine Wanderungen in der Geisterwelt. Freiburg i. Br. 1962.
Sherman, H.: Außersinnliche Kräfte. Freiburg i. Br. 1966.
Sinclair, U.: Radar der Psyche. Das PSI - Geschehen der Gedankenübertragung und Gedankenbeeinflussung. Bern / München/Wien 1973.
Smith, Susy: Die astrale Doppel - Existenz. Bern/München/Wien 1974.
Yram: Practical Astral Projection. New York o. J.