

zurückzuholen, und treffe mich mit Wesen aus der Schamanenwelt. Zu guter Letzt habe ich mir den Fundort für einen Heilstein erträumt und durfte die Überraschung erleben, dass er dort – mitten im Wald – ganz alleine lag. Außer ihm war da kein Stein weit und breit. Für all diese Ausflüge habe ich meine eigene Methode entwickelt, und ich nenne sie “Mentravelling”. Es setzt sich zusammen aus den englischen Begriffen Mental und Travelling und heißt so viel wie “mentales Reisen”.

Mentravels sind keine außerkörperlichen Erfahrungen (AKE) und daher auch jenen zugänglich, die ihren Körper nicht verlassen können oder möchten. Die Technik dazu ist einfach zu erlernen. Sie wurde und wird in ihrer Grundform auch von Schamanen neben den Reisen in die Anderswelt praktiziert.

Hilfe für den Nächsten mit Mentravels

Seit 1997 ist es mir (und jedem, der es erlernen möchte) gegeben, mit Mentravels Menschen zu heilen. Eines Tages im September 2008 erhielt ich einen Impuls, der mir sagte, dass auch die Erde “Chakren” hat und dass ich diese erfahren sollte. Dabei wurde ich von meinen Geistführern geleitet und konnte die Chakren in Mentravels und Meditationen erleben. Dieses Buch beschreibt Erkenntnisse und Einsichten, die ich daraus gewinnen durfte. Bisher unentdeckt gebliebene Zusammenhänge werden im Laufe des Buches klar. Sie helfen zu verstehen, wie der empfindsame geistige Körper unser Mutter Erde funktioniert, und werfen ein Licht darauf, wo wir landen werden, wenn wir Menschen so weitermachen wie bisher. Darüber hinaus erfährt der Leser, was wir alle FÜR UNS tun können, um einer Katastrophe zu entgehen. Wir tun es wirklich nur für uns, denn Mutter Erde selbst hat schon oft genug gravierende Veränderungen durchlebt, ohne darunter zu leiden. Was für uns katastrophale Auswirkungen hat, ist für sie normal. Wer anhand dieses Buches einsieht, dass etwas getan werden muss, hat erkannt, dass wir uns selbst helfen müssen.



2. Kapitel

Die Realität

Gedanken über die feinstoffliche Welt

Diesen Abschnitt beginne ich mit einer Frage: Ist die Existenz einer feinstofflichen Welt Realität? Oder ist sie ein Mysterium? Existiert sie vielleicht nur in der Vorstellung einiger Fantasten, die sich jedoch mit zunehmender Geschwindigkeit vermehren?

Schwer zu beantworten, nicht wahr? Deshalb sollte die Frage besser lauten: Ist die Existenz einer feinstofflichen Welt FÜR DICH Realität?

Es liegt ganz allein an jedem von uns, ob noch andere Welten als die sichtbare für uns erlebbar sind oder nicht, denn jeder schafft sich seine Realität selbst. Für uns alle gibt es nur das, was wir für möglich halten, denn auf diese Art von Wahrnehmung ist unser Gehirn programmiert. Alles andere, das sich ihm zur Wahrnehmung präsentiert, wird unter Zuhilfenahme von Konditionierungen ausgeblendet. Der bekannte Physiker Erwin Schrödinger (1887–1961) brachte es schon in den 1920er Jahren mit der Aussage auf den Punkt, dass erst das Bewusstsein unsere Welt manifest macht und diese aus Bewusstseins-elementen besteht.

Das ist ein bisschen weit hergeholt, oder?

Nun gut. Dann stell dir doch bitte mal vor, du magst eine bestimmte Art von Bonbons besonders gerne. Du hast sie schon als Kind gemocht, und jetzt, als Erwachsener, bist du sogar noch versessener darauf. Sie schmecken einfach unbeschreiblich gut, und das ist auch der Grund, weshalb sie sich so lange auf dem Markt halten konnten und können.

Seit du sie als Kind in der Schultüte hattest, sind sie nicht mehr aus deinem Leben wegzudenken – diese unbeschreiblich guten Bonbons in der gelben Verpackung. Im Supermarkt um die Ecke, da gibt es sie – und zwar im Regal gleich vor der Kasse. Daran musst du vorbei, wenn du den Supermarkt verlassen willst. Aber was ist denn heute los? Hat der Markt sie aus dem Programm genommen? Du suchst und suchst, aber du findest deine Bonbons nicht.

An der Kasse sitzt eine freundliche Dame. Du kennst sie schon lange, und wenn du sie nun fragst: “Helga, habt ihr denn meine Bonbons nicht mehr?”, dann weiß sie genau, welche du meinst.

“Doch, doch, die liegen da, wo sie immer liegen.”

Du schaust nach und schwörst: “Nein, ganz bestimmt nicht.”

Und Helga schwört zurück: “Die müssen aber da sein.”

Neuerdings werden die Bonbons in blaue Tüten gepackt, und du hast nach einer gelben gesucht. Dass dick und fett in den gleichen schwarzen Lettern der Name draufsteht, tut nichts zur Sache. Es war keine gelbe Tüte da und fertig. Dein Gehirn, auf Bonbons in gelber Tüte gedrillt, hat nichts anderes akzeptiert. Also war es deine – und nur deine Realität –, dass deine Bonbons nicht da waren. Wir erschaffen Realität und nehmen etwas erst wahr, wenn es im Spiegel unseres Gedächtnisses reflektiert wird. In dem Moment, in dem dieser Spiegel die Bonbons in blauer Tüte reflektiert hat, haben sie auch wieder den Zugang zu deiner Realität gefunden.

Ich vermute, dass du gerade dieses Buch liest (kleiner Witz). Sitzt du dazu im Sessel? Oder liegt das Buch auf einem Tisch? Wie auch immer: Schau bitte genau auf diese Buchstaben, damit dir nichts entgeht. Gefällt dir die Schriftart, die der Verlag für dich ausgesucht hat? Ist es fett genug gedruckt oder könnte es ein wenig deftiger sein? Sind die Buchstaben zu klein oder groß genug? Du bildest dir deine Meinung, aber wahrscheinlich erst jetzt, da ich dich auf dieses Thema bringe. Wenn dir die Schrift gefällt, dann ist das deine Realität, wenn sie einem anderen nicht gefällt, ist das die Realität des anderen. Es bleibt aber immer dieselbe Schrift.

Und nun gehe ich mit dir jede Wette ein, dass du nichts außer dieser Schrift wahrgenommen hast. Richtig? Nicht die Wand gegenüber von dir, nicht den Tisch oder die Knie, auf denen das Buch vielleicht liegt. Nichts. Jetzt schaust du dich um und bemerkst, dass alles noch da ist. Wenn du nun wieder auf die Seiten schaust und bewusst dein Umfeld wahrnimmst, dann wirst du bestätigen, dass mehr Dinge als diese Buchseiten im Blickwinkel deiner Augen auftauchen. Tatsächlich rasten die Partikel, aus denen die Dinge bestehen, erst im Augenblick der Beobachtung ein und bilden den entsprechenden Gegenstand. Durch die Beobachtung wird aus einer Welle von Möglichkeiten greifbare Materie.

Die Entstehung der Materie

Materie ist nichts anderes als ein Gedanke. Demnach besteht alles, was wir als Ding definieren, wie ein Gedanke aus Energie, Informationen und Konzepten. Wenn du deinen Blick abwendest, dann ist es eine Welle aus sämtlichen Möglichkeiten. Aber in dem Moment, da dir die Dinge um dich herum in den Sinn kommen und du hinschaust, werden sie zu Partikeln.

Im Ernst: Ich habe mir schon als Kind Gedanken darüber gemacht, wie es denn wohl auf der dunklen Seite des Mondes oder auf weit entfernten Sternen ausschauen mag – oder einfach nur in unserem Keller, wenn gerade niemand hinguckt. Ich habe mir gedacht: Können denn da wirklich Geräusche sein, die niemand hört? Aktionen stattfinden, die niemand sieht? Und wenn ja: Warum sollte das so sein? Es muss doch jemanden geben, der das betrachtet. Sonst wäre es ja sinnlos.

Um es noch einmal zu wiederholen: Nicht hinschauen heißt, wir befinden uns in einem Meer aus Wellen, das uns alle Möglichkeiten bietet. Hinschauen aber sucht sich eine der zahllosen Möglichkeiten heraus und bildet eine Realität aus Partikeln von Erfahrungen. Ein Partikel, das wir uns als massiv vorstellen, existiert in Wirklichkeit nur in einer Art Superposition, einer sich ausbreitenden Welle möglicher Orte. Er existiert überall gleichzeitig. Aber sobald man nach ihm sieht, rastet er an einem dieser möglichen Orte ein. Das “Ding” wird massiv.

Nicht erst seit Isaac Newton seine Lehren verbreitet hat, sind wir der Meinung, dass alles um uns herum existiert, ohne dass wir eine Wahl treffen aus den unendlichen Möglichkeiten – die Wahl, was wir wahrnehmen wollen. Wenn wir spirituell wachsen möchten, wenn wir unser Bewusstsein erweitern wollen, dann müssen wir uns diese Denkweise abgewöhnen, dass alles auch ohne unsere Betrachtung existiert. Es ist wichtig zu erkennen, dass nicht nur Gedanken und Wellen, sondern selbst die materielle Welt um uns herum – Stühle, Tische, Autos, Häuser, ja selbst Menschen – weiter nichts als mögliche Bewegungen des Bewusstseins sind. Und wie ist es mit der feinstofflichen Welt? Existiert sie für manche vielleicht nur deshalb nicht, weil sie nicht hinschauen?

Ist die feinstoffliche Welt erfahrbar?

Ich biete dir hier folgende Übung zum Testen an: Du sitzt in einem Sessel, auf einem Stuhl oder liegst bequem auf dem Sofa. Deine Augen sind geschlossen, und auf dem geistigen Bildschirm erscheint zum Beispiel das Wohnzimmer. Du kannst dich nun im Geiste erheben und das Zimmer untersuchen. Wähle einen Gegenstand, den du genauer begutachten möchtest. Dann begibst du dich in der Vorstellung dorthin, betrachtest und betastest ihn. Du prüfst jede Einzelheit des Teils, das du dir für diesen Test auserkoren

hast, und achtest darauf, ob du in der Umgebung noch etwas anderes wahrnimmst als nur diesen Gegenstand.

Wenn du deine Aufgabe erledigt hast, kehrst du wieder in deinen Körper zurück, öffnest die Augen und denkst daran, was du getan hast. Nun wirst du erkennen, dass du dich nicht nur auf den Gegenstand konzentriert hast, sondern auch auf dessen Umgebung. Aber wenn du den Gegenstand eingehend untersucht hast, wird es dir nur schwerlich gelungen sein, Dinge aus der Umgebung ständig auf dem Bildschirm zu haben. Ist es nicht so? Auch hier, in geistiger Sphäre gilt: Nur was unser Bewusstsein wahrnimmt, ist (unsere) Realität.

‘Das Untersuchen des Gegenstandes fand doch nur in meiner Einbildung statt’, mag jemand einwenden. Ich aber sage, dass das genaue Prüfen des erwähnten Teils zu deiner Realität gehörte. Prüfe es, nimm das von dir gewählte Teil physisch in Augenschein und betaste es mit deinen Händen aus Fleisch und Blut. Du hast dich “in deiner Phantasie” nicht geirrt, richtig? Deine “geistigen” Hände fühlten die Knubbel und Kerben und andere Eigenarten des Gegenstands so wie deine physischen. Möglicherweise kannst du die visuellen Eindrücke nicht 1:1 übernehmen, aber das liegt nur daran, dass du mit deinen Sinnen in der nächsthöheren Schwingung warst. Dort sieht die Realität ein wenig anders aus. Der Verstand will seine Kontrolle eben nicht aufgeben und bringt seine Interpretationen mit ein.

Die Quantenmechanik

Egal, in welcher Realität wir uns gerade bewegen – dazu gehören auch bewusste Träume, die Anderswelt, andere Universen, sogar unser Körper oder die Körper anderer Menschen –, in jedem Moment treffen wir eine Auswahl aus gegebenen Bewegungen, um Erfahrungen zu machen. Das zu akzeptieren ist schwierig, denn wir sind ja daran gewöhnt zu denken, dass diese Welt da draußen auch ohne unsere Erfahrungen existiert. Aber das tut sie nicht, sei dir dessen gewiss. Die Quantenmechanik hat klargemacht, dass Atome keine Dinge sind, sondern nur Tendenzen. Anstatt in Dingen, müssen wir also in Möglichkeiten denken. In Möglichkeiten des Bewusstseins.

Wenn es wirklich so ist, dass uns die Quantenmechanik alle Möglichkeiten liefert, unter denen wir das für uns beste Erfahrungsereignis auswählen, dann bleibt nur der Schluss, dass diese Auswahl ausschließlich von unserem Bewusstsein getätigt werden kann. Wieder kommt der Beobachter ins Spiel, und das Ergebnis dieser Überlegungen lautet: Wir Menschen, alle, die auf dieser Welt sind, haben einen Einfluss auf die Realität. Ich persönlich würde da sogar die Tiere mit einbeziehen, denn wenn eine Elefantenkuh eine Bedrohung für ihr Junges wahrnimmt – und das tut sie bewusst –,