

Aus: *BIO 2/2014* (S. 105-107). Ein Gratisheft des laufenden Jahres kann angefordert werden beim: **BIO Ritter Verlag, Monatshauer Str. 8, 82327 Tutzing.**  
Tel. 08158 - 80 21, E-Mail: [bneidhardt@biomagazin.de](mailto:bneidhardt@biomagazin.de)

(Das Interview wurde von Dr. Günter Baumgart, Königs Wusterhausen, durchgeführt)

## LEBENSHILFE

# Das Interview zum Thema mit Dr. Jan Erik Sigdell Wie es gelingt, die Seele von alten Verletzungen zu befreien



*Dr. Jan Erik Sigdell hatte sich ursprünglich der Technik verschrieben. Seine Beschäftigung mit der Reinkarnation begann nach eigenen Erfahrungen mit hypnotischer Rückführung*

*Foto: Amra Verlag*

**Ein international bekannter Experte für Rückführungen ist der heute in Slowenien lebende Schwede Jan Erik Sigdell. Ein von seiner ursprünglichen Berufsausrichtung als Doktor für Medizintechnik her sehr rational denkender Mensch. Lange Jahre lebte und arbeitete er als Rückführer in der deutschsprachigen Schweiz. 1997 übersiedelte er mit seiner slowenischen Frau in deren kleinen Heimatort Dutovlje, in der Nähe von Triest. BIO sprach mit ihm über seine sich auf fast vier Jahrzehnte stützenden Erfahrungen in der therapeutischen Rückführungspraxis**

**Herr Dr. Sigdell, wenn Sie es für unsere Leser auf einen kurzen Nenner bringen sollten, wie würden Sie dann das therapeutische Prinzip bei den sogenannten Rückführungen umreißen?**

**Jan Erik Sigdell:** Nun, ich will es versuchen: Grundlage des Behandlungseffekts einer Rückführung ist meiner Auffassung nach die Erkenntnis, dass viele unserer aktuellen Probleme im Leben von negativen Inhalten in unserem Unterbewusstsein herrühren. Diese resultieren meist aus unbewältigten Konflikten und anderen traumatischen Lebensereignissen, die wir längst vergessen oder verdrängt haben. Die inzwischen lange bewährte Methode der zeitlichen Rückführung – oft sogar bis in vermutlich frühere Leben – ermöglicht es, in einer Art „geschütztem Raum“, nämlich unter der fachmännischen Begleitung eines Therapeuten, diese Traumata zu vergegenwärtigen und sie aus heutiger Sicht neu zu bewerten.

Wenn uns diese wieder bewusst geworden sind, können wir uns in einem nächsten Schritt auch von deren heutigen Auswirkungen befreien. Damit lösen sich manche Probleme, die sich im Verhalten einer Person – auch zu ihrer Umwelt – äußern und in gewissen Fällen sogar zu psychosomatisch bedingten Gesundheitsstörungen führen.

**Ist nicht bereits der Begründer der Psychoanalyse, Sigmund Freud, auf ähnliche Weise vorgegangen, indem er seine Patienten „auf der Couch“ in ihrer Vergangenheit suchen ließ?**

**Jan Erik Sigdell:** Da gibt es in der Tat Parallelen. Aber der entscheidende Unterschied besteht darin, dass in der Freud'schen Psychoanalyse Vergessenes oder Verdrängtes im Wachbewusstsein und nur in der Vergangenheit des heutigen Lebens gesucht wird. Die heutige Rückführungspraxis dagegen bahnt durch Herbeiführung des sogenannten Alpha-Zustandes des Gehirns jenen direkten Zugang zum Unterbewusstsein, der uns üblicherweise versperrt ist.

**Wenn durch Rückführungen traumatische Ursachen für heutige Probleme gefunden werden, dann ist das vielleicht, wie der Volksmund sagt, zwar schon „die halbe Miete“, aber doch allenfalls erst die Diagnose. Wo genau setzt denn die Therapie ein?**

**Jan Erik Sigdell:** Teilweise schon dort, wo die Ursache des Problems aufgedeckt wird. Indem nämlich der Klient, mal salopp gesagt, in die „Abstell-“ oder „Rumpelkammer“ seines Bewusstseins schauen kann. Er erlebt die betreffenden, für ihn bisher „verschollenen“ Szenen mit all ihren Emotionen erneut, und dies „hautnah“, das heißt mit allen dabei auftretenden Gefühlen. Allerdings löst, wie gesagt, das emotionale Wiedererleben allein das Problem höchstens teilweise. Denn die betreffende Person trägt ja noch in ihrem unbewussten Ich die emotionalen Erinnerungen früher erlebter, mehr oder weniger traumatischer Situationen, gewissermaßen als „Narben“ in der Seele. Und die sind es, die derart nachgewirkt



*Wer sich seine Höhenangst im Hier und Jetzt nicht plausibel erklären kann, findet möglicherweise durch die Reinkarnationstherapie eine Antwort und eine Möglichkeit, sie aufzulösen*

haben, dass es überhaupt zum Problem gekommen ist. Erst wenn man sie erkannt hat und weiß, woher sie kommen, kann man den nächsten Schritt tun: sie auflösen. Das erst führt meist zur endgültigen Befreiung.

**Haben Sie ein praktisches Beispiel für solch gelungene Auflösung eines Traumas?**

**Jan Erik Sigdell:** Als eines von vielen sei hier ein illustrativer Fall genannt: Höhenangst. Der Klient kann zum Beispiel im 6. Stock eines Hauses nicht auf den Balkon gehen. Eine irrationale Angst steigt in ihm hoch, obwohl er weiß, dass er die hinter dem festen Geländer gar nicht haben muss. In der Rückführung erlebt er sich vielleicht als eine Person, die von einem Felsen gestoßen wird und in den Tod stürzt. Oder er erlebt ein vergessenes Kindheitsereignis wieder, bei dem er tatsächlich von einem Balkon fiel, sich aber dabei nicht ernsthaft verletzte.

**Und durch dieses aktive Wiedererleben kann die krankhafte Höhenangst bereits überwunden werden?**

**Jan Erik Sigdell:** Wie erwähnt, ist das der erste Schritt. Der Klient erkennt, dass seine Angst zur Vergangenheit gehört und nicht in die heutige Zeit. Doch das reicht meistens nicht. Der nächste Schritt ist dann das Auflösen der von daher überkommenen, aber verborgenen emotionalen Energien, welche die Seele immer noch verletzen.

## Wenn negative Emotionen „verbrannt“ werden

**Aber mal skeptisch gefragt: Negative emotionale Energien „auflösen“? Wie soll das denn funktionieren?**

**Jan Erik Sigdell:** Vor allem mit symbolischen oder rituellen Handlungen, die bekanntlich eine konkrete Wirkung haben können. Ich verwende dazu ein im inneren Bild entstandenes Feuer, und zwar deshalb, weil Feuer nicht vernichtet, sondern nur wandelt. Negative emotionale Energien im unbewussten Ich werden darin symbolisch verbrannt, wodurch sie eben gewandelt werden. Energien kann man ja nicht vernichten.

Dadurch wird also – um bei unserem Beispiel zu bleiben – die Höhenangst gewandelt, und auch noch eventuelle, damals erlittene Schmerzen oder vielleicht auch Wut auf eine beteiligte Person. Damit geht oft auch Versöhnung einher – mit einem damaligen Täter oder, sofern der Klient selbst Täter war, mit sich selbst und dem damaligen Opfer. Solche inneren Versöhnungen sind sehr heilsam! Wenn man Groll nachträgt, ist man immer noch nicht frei.

## Sich der Vergangenheit stellen

**Die Rolle des Rückführers wird damit einigermassen klar. Was aber muss der jeweilige Klient leisten, damit eine solche „Zeitreise“ gelingt?**

**Jan Erik Sigdell:** Der Klient muss bereit sein, sich sozusagen seiner Vergangenheit zu stellen, besonders jenen Momenten darin, die für ihn unangenehm oder gar schlimm waren. Wenn der Klient sein Problem lösen will, dann kommt er nicht umhin, sich mit diesem Unangenehmen zu konfrontieren. Oder aber er muss auf die Lösung verzichten.

**Man darf sich also nicht dagegen sperren, auch in Abgründe zu schauen?**

**Jan Erik Sigdell:** Das kann man so sagen. Leider kommt es immer wieder vor, dass das versucht wird. Allerdings meist unbewusst, und ein guter Therapeut weiß in der Regel, wie eine solche Barriere genommen werden kann. Freilich darf das immer nur sanft geschehen. Der rückgeführte Klient seinerseits ist gehalten, die Antworten auf seine Fragen nicht in seinem Verstand zu suchen. Ins Unter- bzw. Unbewusste, wo die wirklichen Probleme liegen, da kommt nämlich der Verstand nicht hin. Zumindest nicht von allein. Der Klient wird wahrscheinlich schon lange versucht haben, die ersehnte Lösung mit seinem Verstand zu finden. Leider vergeblich, denn dort liegt sie nicht. Die Rückführung bietet ihm jedoch die Gelegenheit, tiefer in sich hineinzuschauen, als es der Verstand je kann.

**Spielt es eigentlich für die Heilwirkung von Rückführungserinnerungen eine Rolle, ob sich die auf diese Weise vermutlich wiedererlebten Szenen auf ihre historische Wahrheit hin überprüfen lassen?**

**Jan Erik Sigdell:** Ich kann mir schon vorstellen, dass die nachgeprüfte Echtheit einer in der Rückführung erlebten Szene deren emotionales Gewicht und damit auch Ihre gesund-



*Von vielen Kindern weiß man, dass sie sich ganz spontan an Szenen ihres früheren Lebens erinnern. Durch entsprechende Recherchen konnte man tatsächlich den Wahrheitsgehalt ihrer Berichte bestätigen*

## LEBENSHILFE

heitliche Wirkung stärkt. Aber solche Überprüfungen, im Fachjargon Verifikationen genannt, sind oft äußerst aufwändig und deshalb auch bisher noch relativ selten. Es gibt sie aber. Meine Kollegin Ursula Demarmels beispielsweise hat, wie aus Fernsehsendungen bekannt wurde, etliche versucht, und das mit recht überzeugenden Hinweisen für eine Echtheit des „Erinnerten“.

Mein Freund, der deutsche Forscher Dieter Hassler, ist gerade dabei, eine Geschichte der Rückführungspraxis zu schreiben. Darin geht es, soweit ich weiß, nicht nur um die Entwicklung des therapeutischen Aspekts, sondern auch um die Frage der Überprüfung der in der Rückführung erlebten vermutlich früheren Leben.

### Eine tröstliche Erkenntnis: Für die Seele gibt es keinen Tod

**Sie selbst beschäftigen sich aber weniger oder gar nicht mit der Überprüfung der von Ihren Klienten in Trance erzählten Szenarien?**

**Jan Erik Sigdell:** Anfangs habe ich das zwar auch gemacht, aber es ist schon lange nicht mehr das Anliegen meiner Arbeit. Allerdings haben es einige Klienten selbst getan. Mir geht es vor allem darum, mit den Rückführungen Menschen zu helfen, besser mit ihrem Leben umgehen zu können. Außerdem: Die allermeisten meiner Klienten, die ein solches mit allen dazugehörigen Emotionen ausgestattetes Wiedererleben vergangener Lebensabschnitte persönlich kennengelernt haben, sind dann ohnehin schon fest davon überzeugt, dass es sich nicht um Fantasiegebilde handelt. Sondern um echte Erinnerungen, auch und gerade

dann, wenn diese augenscheinlich in früheren Leben angesiedelt sind. Und diese Überzeugung wirkt für sich genommen oft schon heilsam. So ist es in meiner Arbeit nicht nur einmal vorgekommen, dass während einer Rückführung durchgestandene Sterbeprozesse „wiedererlebt“ wurden. Danach waren heutige Ängste vor dem Sterben größtenteils verschwunden. Dies allein aus der in der Rückführung gewonnenen Erkenntnis, dass es für die Seele keinen Tod gibt.

**Selbst wenn die Zahl der dafür ausgebildeten Fachleute in den letzten Jahrzehnten spürbar zugenommen hat: Manch einer hat noch nicht einmal etwas von dieser Möglichkeit der Rückführungstherapie gehört. Man muss sich zudem auch fragen, ob denn eigentlich jeder Mensch in Ihrem Sinne rückführbar ist.**

**Jan Erik Sigdell:** Darüber gehen die Meinungen etwas auseinander. Nach meinen Erfahrungen klappt eine Rückführung bei etwa 10 Prozent der Bevölkerung nicht beim ersten Versuch. Manchmal aber dann doch beim zweiten oder dritten. Zumindest im europäischen Raum ist das so.

**Herr Dr. Sigdell, haben Sie vielen Dank für das interessante Gespräch!**

### Buchtipps

Jan Erik Sigdell: • „Rückführung in frühere Leben“, Ansata, ISBN 978-3-7787-7275-1, € 22,- • „Reinkarnation, Christentum und das kirchliche Dogma“, Ibero Verlag, ISBN 978-3-85052-109-3, € 20,- • „Unsichtbare Einflüsse. Befreiung von anhänglichen Seelen und aufdringlichen Wesenheiten“, Amra Verlag, ISBN 978-3-939373-45-2, € 9,95

