

Jan Erik Sigdell

Ergänzungen zum Buch  
**RÜCKFÜHRUNG IN FRÜHERE LEBEN**  
(Scherz-Verlag 1998)

sowie einige Berichtigungen

Das Buch ist die verbesserte und überarbeitete Ausgabe einer Vorfassung im Selbstverlag unter dem Titel *Emotionale Befreiung durch Rückführung. Ein Handbuch für Reinkarnations-therapeuten und ihre Klienten* (Basel, 1964 — vergriffen). Darin waren die folgenden Anhänge enthalten, die in der Ausgabe des Scherz-Verlages weggelassen wurden.

Februar 1998

© *Copyright*

Dr. J.E. Sigdell  
Dutovlje 105  
SLO-6221 DUTOVLJE  
Slowenien

**INHALT**

	Seite
GRUPPENRÜCKFÜHRUNG	2
GRUPPENERLEBNIS: BEGEGNUNG MIT DEM HELFER, DEM INNEREN ARZT UND DEM HÖHEREN SELBST	11
BEHINDERUNG, RÜCKFÜHRUNG UND REINKARNATION Interview durch Stefan Hugentobler, Bern	19
BERICHTIGUNGEN zum Buch	25

Hier wurde ein Kapitel MATHEMATISCHE ÜBERLEGUNGEN ZUR ABSURDITÄT DER PARALLEL-WELT-THEORIE weggelassen, da es in der 3. Ausgabe des Buches unter dem Titel *Reinkarnationstherapie* (Heyne Taschenbuch, München, 2006) mit enthalten ist.

Seitenangaben im hier nachfolgenden Text beziehen sich auf das Buch *Rückführung in frühere Leben*, Ausgabe Scherz-Verlag (Bern, 1998)

## GRUPPENRÜCKFÜHRUNG

Die Gruppenrückführung, die in dieser Weise ungefähr 1 ½ Stunden dauert, hat keine wesentliche Funktion als Hilfe zur Lösung von persönlichen Problemen, sondern dient eher der Demonstration. Die Teilnehmer erleben sozusagen eine »Kostprobe« des Rückführungserlebnisses. Mehr Personen haben in der Gruppenrückführung kein Erlebnis als in der Einzelrückführung (wer also in der Gruppenrückführung nichts erlebt, wird es wahrscheinlich doch in einer Einzelrückführung tun).

Die Teilnehmer in der Gruppenrückführung liegen alle, nicht zu eng, in einem abgedunkelten Raum oder mit Augenbedeckungen. Sie müssen vorher zur Toilette gehen, denn es stört sonst alle sehr, wenn auch nur einer während der Rückführung hinaus muß. Sie sollten nicht Kopf an Kopf liegen, da sonst eine kleine Möglichkeit zur telepathischen Übernahme vom Nachbarn gegeben sein kann.

Die Gruppenrückführung erfolgt selbstverständlich ohne Rückmeldungen der Teilnehmer, so daß das Erlebnis einseitig geführt werden muß. Deshalb werden einige »Standardsituationen« im früheren Leben ausgewählt. Wir lassen hier die Teilnehmer erst zum Helfer gehen, den wir dann bitten, ein Bild aus der Kindheit eines von ihm gewählten Lebens zu zeigen. Als erste »Standardsituation« kommt eine Mahlzeit (die nicht nur besonders viel Sinneswahrnehmungen bietet — es gibt da auch etwas zum Riechen und Schmecken — sondern da sind höchstwahrscheinlich die Personen versammelt, mit denen das Kind zusammenlebt — ob es nun die Eltern und Geschwister sind oder Menschen, bei denen man als Waise lebt). Dann kommt das Erlebnis des Körperkontakts mit einer anderen Person. Die Idee ist hier, diejenige Person zu erleben, die besonders für das Kind (das man da noch sein wird) sorgt. Die Instruktionen müssen in der Gruppenrückführung sehr allgemein formuliert sein. Würden wir sagen: »Erlebe Dich als nächstes in einer Situation, wo Du mit Deiner Mutter zusammen bist«, paßt das nicht für denjenigen, der keine Mutter mehr hat. Die Person aber, mit der man Körperkontakt hat, wird wohl die sein, die für das Kind sorgt.

Als nächste »Standardsituation« kommt das Erlebnis eines tiefen Gefühls. Dann ein typischer Arbeitstag und danach die Begegnung mit einer Person vom anderen Geschlecht. Die Idee ist hier, den Partner zu erleben — sofern man einen hatte. Hatte jemand aber keinen, wird man jedenfalls irgend jemand vom anderen Geschlecht getroffen haben. Wiederum muß die Formulierung allgemein gehalten sein. Vielleicht könnte man es noch allgemeiner gestalten und die Möglichkeit eines gleichgeschlechtlichen Partners mit einschließen (z.B. eine Begegnung mit einer Person, die einem viel bedeutet).

Die nächste »Standardsituation« ist das wichtigste Erlebnis in jenem Leben. Dann folgt das Todeserlebnis, wonach es zum Helfer zurückgeht, um über jenes Leben Fragen zu stellen. Schließlich gehen wir durch die Zeit im Mutterleib und das Erlebnis der Geburt zum heutigen Leben.

Da die Instruktionen ohne Rückmeldungen gegeben werden müssen, muß man genügend lange Pausen einlegen. Die Zeit eines tiefen Atemzuges (des Rückführungsleiters) hat sich als eine gute Pausenzeit zwischen den Schaltern erwiesen. Der Leiter atmet besser *sechsmal* tief am Anfang, bevor er die Gruppe weiterführt — dann werden es sicher alle fünfmal getan haben. Da es vorkommen kann, daß jemand in der Gruppe einschläft und vielleicht allzu laut

atmet, werden die Teilnehmer aufgefordert, einen evtl. Schläfer zu wecken — oder der Leiter tut es durch eine leichte Berührung selbst.

Man kann entspannende Musik laufen lassen. Jedoch habe ich die Erfahrung gemacht, daß sie nie allen paßt. Jemandem ist sie zu laut, einem anderen zu leise. Jemand findet sie schön und hilfreich, ein anderer eher störend.

\*\*\*

»Atme fünfmal tief: Atme ein, zählend bis fünf, halte an, zählend bis drei, und atme aus, zählend bis fünf. In diesem Takt, fünf-drei-fünf, atmest Du nun fünfmal tief. Wenn Du fertig bist, atmest Du tief weiter, bis die nächste Instruktion kommt, aber Du mußt dann nicht mehr zählen.« -

»Stell Dir nun vor, auf dem rechten Fußrücken, auf der Oberseite des Fußes, einen Schalter zu haben. Es ist egal, wie er aussieht, jeder Schaltertyp ist in Ordnung. Behalte dann die Vorstellung vom Schalter dort.« -

»Du wirst bald diesen Schalter ausschalten, wie wenn Du mit einer unsichtbaren dritten Hand hinunterlangst, um es zu tun. Es ist dann egal, ob sich etwas am Gefühl im Fuß ändert oder nicht. Das einzige Wichtige ist, daß der Schalter ausgeschaltet wird und daß auf diese Weise ein Signal zu Deinem unbewußten Ich gesandt wird, um den Körper zur Ruhe zu legen. Es ist gut, sich vorzustellen, daß es ›Klick‹ macht, wie bei einem wirklichen Schalter.« -

»Schalte nun diesen Schalter aus, und sei Dir bewußt, daß er aus ist.«

(Nicht mit einem tiefen Atemzug, da dies u.U. für Nachbarn etwas laut sein könnte.)

»Ich führe Dich nun in einem bestimmten Takt weiter. Sollte es Dir manchmal zu langsam gehen: Habe bitte Geduld, denn andere hier werden diesen Takt brauchen. Sollte es Dir zu schnell gehen: Hebe dann eine Hand hoch, ich mache es in dem Fall langsamer.«

(Oder, falls der Raum dunkel ist: »...Sag bitte ›langsamer‹...«)

»Solltest Du merken, daß ein Nachbar eingeschlafen ist und das Atmen Dich stört: Berühre ihn kurz.«

(Der Leiter kann auch selbst einen Eingeschlafenen wecken, falls er ihn erreicht, ohne z.B. auf einem knirschenden Boden gehen zu müssen.)

»Nun gehen wir zum rechten Knie. Stell Dir auch dort einen Schalter vor, schalte ihn aus, und sei Dir bewußt, daß auch er aus ist.« -

»Und nun das gleiche an der rechten Hüfte, auf dem Hüftgelenk.« — »Auf dem linken Fußrücken.« — »Das linke Knie.« — »Die linke Hüfte.« — »Der rechte Handrücken.« — »Der rechte Ellbogen.« — »Die rechte Schulter, am Gelenk.« — »Der linke Handrücken.« — »Der linke Ellbogen.« — »Die linke Schulter.« -

»Und nun einmal tief durchatmen.« -

»Schalte aus oben auf dem Kopf, auf dem höchsten Punkt.« — »In der Mitte der Stirn.« —  
»Und auf dem Kehlkopf.« -

»Noch einmal tief durchatmen.« -

»Schalte aus auf dem Steißbein, am untersten Ende der Wirbelsäule.« — »Und nun am obersten Ende der Wirbelsäule, im Nacken, am Schädelboden.« -

»Wieder einmal tief durchatmen.« -

»Laß nun Dein Bewußtsein zu den Füßen sinken, so, als ob man in einem stillen Teich ein Steinchen losläßt, so daß es auf den Boden sinkt. Warte dann dort ab.« -

»Ich nehme nun an, daß Du dort bist oder vielleicht jetzt ankommst.« — »Bevor wir weitergehen, kannst Du Dich erst besser zurechtlegen, falls Du es brauchst. Es ist nicht wichtig, wie Du liegst, sondern nur, daß es Dir bequem ist.«

Wenn sich niemand mehr bewegt: »Es ist nicht wichtig, ob Du Dich entspannt fühlst oder nicht. Du mußt nicht entspannt sein. Es kommt vor, daß die Augen sich von selbst bewegen wollen. Dann dürfen sie es, es macht nichts.« -

»Nun wollen wir die Schalter überprüfen. Falls Du dabei bei einem Schalter das Gefühl hast, daß er nicht aus ist, dann atmest Du tief durch und schaltest wieder aus. Geh nun hinauf durch die Körperteile und überprüfe die Schalter, so, als ob man in einem leeren Haus von Zimmer zu Zimmer geht und die Schalter an den Wänden überprüft. Die Reihenfolge ist nicht wichtig. Wenn Du fertig bist, bist Du wieder im Kopf und wartest dort ab.«

(Der Leiter geht selbst die Stellen durch und atmet zweimal tief, um die Zeit zu bestimmen.)

»Wenn jemand für diese Überprüfung mehr Zeit braucht: bitte eine Hand auf.«

(Oder, falls der Raum ganz dunkel ist: »Sag bitte ›ja‹.«)

Dann entweder: »Wir haben mehr Zeit« (dies ist auch beruhigend für denjenigen, der schon längst fertig ist und anfängt, ungeduldig zu werden, denn er weiß nun, daß andere mehr Zeit brauchen) — oder gleich wie folgt weiter.

»Wieder einmal tief durchatmen.« -

»Laß Dir das Bild von einem Aufzug kommen. Es ist aber auch möglich, daß Du eine Treppe oder etwas anderes siehst. Nimm es, wie es kommen will. Ich spreche zwar von einem Aufzug, weil das das Üblichste ist. Laß Dich nicht dadurch stören, falls Du etwas anderes siehst, sondern handle entsprechend dem, was Du da hast.« -

»Schau den Aufzug an. Schau nach, wie er aussieht.« — »Geh hin und schau nach, ob die Kabine schon da steht oder noch nicht.« — »Falls sie nicht da ist, drückst Du auf die Ruftaste, so daß sie kommt.« — »Solltest Du immer noch nichts haben, weder einen Aufzug noch etwas anderes, stellst Du Dir einfach irgendeinen Aufzug vor.« -

»Ich nehme jetzt an, daß Du einen Aufzug da hast, in dem die Kabine bereitsteht, oder auch etwas anderes. Steig hinein, wende Dich zur Türe herum und betrachte die Kabine von innen her.«

(Mit dem Umherschauen hat man während der Pause etwas zu tun.)

»Wenn Du darin umherschaut, findest Du die Knöpfe für die Stockwerke.« — »Schau nach, welches Stockwerk das höchste ist, zu dem Du fahren kannst. Schau, was am obersten Knopf steht.« -

»Wende Dich innerlich zu deinem Höheren Selbst, das Dein höchstes Geistiges ist, die höchste Instanz im unbewußten Ich, und frag es, zu welchem Stockwerk Du fahren sollst um zu Deinem Helfer zu kommen. Nimm die erste Zahl, die Dir in den Sinn kommt.« — »Wir wollen nun dorthin fahren. Ich zähle für diese Fahrt langsam von 5 bis 1. Wenn nicht vorher, wirst Du dort sein, wenn ich zu 1 komme. Drücke den Knopf und fahre dorthin.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.«

(Etwa im Takt, wie ein Aufzug an Stockwerken vorbeifährt.)

»Bleibe noch in der Aufzugskabine, mach die Türe auf oder laß sie aufgehen und schau nach, was draußen ist.« — »Meistens ist dort ein Boden, auf den man aussteigen kann. Sollte es aber in die Luft hinausgehen, kannst Du einfach schweben, denn Du bist dort schwerelos. Steig hinaus, stell Dich vor den Aufzug und betrachte die Umgebung.« -

»Irgendwo dort ist Dein Helfer oder Deine Helferin. Es kann ja genauso gut eine weibliche Gestalt sein. Da aber unsere Sprache kein neutrales Wort dafür hat, spreche ich meistens in männlicher Form. Es kann auch eine Lichtgestalt oder ein Lichtschein sein. Bitte Dein Höheres Selbst, Dich zum Helfer zu führen und geh dorthin weiter, wo Du fühlst, daß Du hingehen sollst. Damit alle gut Zeit haben, zähle ich nun langsam von 10 bis 1. Dort, wo Du dann bist, wenn ich zu 1 komme, wirst Du den Helfer finden. Kommst Du schnell hin, schaust Du Dir in der Zwischenzeit die Umgebung an.«

(Mit dem Umherschauen hat die schnell angekommene Person während des Zählens etwas zu tun.)

»10 — 9 — 8 — 7 — 6 — 5 — 4 — 3 — 2 — 1.«

(Etwa im gleichen Takt wie vorher.)

»Schau umher. Schau nach, wie es dort aussieht.« — »Schau auch nach Deinem Helfer oder Deiner Helferin. Vielleicht ist er schon dort. Vielleicht kommt er jetzt.« -

»Sieh den Helfer an. Schau nach, welche Gestalt er gewählt hat, um sich Dir zu zeigen. Geh zu ihm hin.« -

»Spüre, wie Du Dich bei jenem Helfer fühlst. Wir wollen einen Helfer, mit dem Du Dich wohlfühlst. Es kommt selten einmal vor, daß man sich mit dem Helfer nicht wohlfühlt. Sollte es in Deinem Fall so sein, schickst Du ihn fort und siehst, wie er weggeht und verschwindet. In dem Fall bittest Du Dein Höheres Selbst, Dir einen anderen Helfer kommen zu lassen.« —

»Sollte noch gar kein Helfer gekommen sein, bittest Du Dein Höheres Selbst ihn jetzt gleich zu Dir kommen zu lassen. Es ist aber möglich, einen unsichtbaren Helfer zu haben. Fühlst Du ihn, ohne ihn zu sehen, und fühlst Du Dich wohl damit, ist es in Ordnung.« -

»Ich nehme nun an, daß Du einen Helfer hast, mit dem Du Dich wohlfühlst. Wir wollen Fragen stellen. Vielleicht hörst Du dann seine Stimme, oder die Antwort erfolgt als Gedanken in Deinem Kopf. Nimm sie an, wie sie kommt. Es kommt vor, daß man unerwartete oder überraschende Antworten erhält. Du kannst dann nachher dazu Stellung nehmen, aber laß jetzt den Helfer sagen, was er will.« -

»Frag ihn, wieviel Inkarnationen Du schon gehabt hast in einem menschlichen Körper.« — »Wie lange her ist die erste dieser Inkarnationen? Vor wieviel Jahren, ungefähr?« — »In wievielen dieser Inkarnationen hast Du zum anderen Geschlecht gehört?« — »Bitte ihn nun, eine Deiner früheren Inkarnationen auszuwählen, die er Dir jetzt zeigen möchte, und Dir ein Bild aus der Kindheit in jener Inkarnation zu zeigen. Schau es an.«

(Es muß aus der Kindheit sein, damit die Person noch das meiste von jenem Leben vor sich hat.)

»Während Du das Bild anschaust oder es vielleicht noch entsteht: Frag den Helfer, in welchem Land es ist.« — »Und in welchem Jahrhundert.« — »Falls mehrere Kinder zu sehen sind: Frag ihn, welches Kind Du warst.« — »Schau nach, ob es ein Bub ist oder ein Mädchen. Wenn man es nicht gut sehen kann, fragst Du den Helfer.« -

»Geh nun in das Bild hinein wie ein Schauspieler, der auf die Bühne steigt, um die Rolle jenes Lebens zu spielen. Geh auf das Kind zu, das Du warst, und geh in den Körper des Kindes hinein, so daß Du durch die Augen des Kindes schaust. Das Hineingehen geht leichter von hinten.« — »Wenn Du darin bist: Atme tief durch und fühle Dich als dieses Kind, in seinem Körper. Du bist jetzt dieses Kind.« — »Schau auf Deine Kleider, was Du anhast, wie Du ausiehst.« — »Schau auch auf Deine Hautfarbe.« — »Schätze ungefähr, wie alt Du sein könntest.« — »Fühle die Luft: Ist sie kühl oder warm, feucht oder trocken?« — »Schau die Umgebung an: bist du draußen oder drinnen?« — »Falls Menschen herum sind: Was tun sie?« — »Und was tust Du?« — »Geh nun weiter und erlebe diese Situation, was da geschieht, was Du da tust und was Du fühlst.«

(Pause für Zeit zum Erleben.)

»Nun wollen wir diese Situation verlassen und weitergehen. Du bleibst immer im gleichen Leben und auch in jenem Körper. Solltest Du einmal aus dem Körper hinausgleiten, gehst Du wieder hinein.« — »Wir gehen nun zur nächsten Mahlzeit in jenem Leben.« — »Geh zum nächsten Mal, bei dem Du etwas zu essen bekommst.« — »Schau, wo Du bei dieser Mahlzeit bist.« — »Schau die Leute an, die dabei sind. Wie sind sie? Wie fühlst Du Dich bei ihnen?« — »Schau, was Du zum Essen bekommst.« — »Wenn Du es vor Dir hast: Wie riecht es?« — »Und wenn Du es in den Mund nimmst: Wie schmeckt es? Und welche Konsistenz hat es, wie fühlt es sich an im Mund?« — »Geh nun weiter und erlebe diese Mahlzeit«

(Pause.)

»Nun kommst Du allmählich dahin, wo Du mit dem Essen fertig wirst. Fühle nach, ob Du satt bist oder noch hungrig. Hast Du auch genug bekommen?« -

»Wir verlassen nun auch diese Mahlzeit und gehen noch einmal weiter, immer im gleichen Leben. Dieses Mal gehen wir zum nächsten Körperkontakt. Zum nächsten Mal, wo jemand Dich berührt oder Du jemand berührst.« — »Schau, wie die andere Person ist. Wie fühlst Du Dich bei ihr? Was bedeutet sie Dir?« -

»Erlebe nun, wie es weitergeht. Was Ihr zusammen macht und erlebt.«

(Pause.)

»Nun verlassen wir wiederum die Situation und gehen noch einmal weiter. Wir gehen zum nächsten Erlebnis eines tiefen Gefühls. Geh zum nächsten Erlebnis einer starken Emotion und erlaube Dir, sie zu spüren, ob angenehm oder unangenehm. Sollte sie unangenehm sein, ist sie dann bald wieder vorüber.« -

»Schau, warum Du dort so fühlst. Schau, was geschieht oder geschehen ist.« — »Geh nun weiter durch diese Situation und erlebe sie.«

(Pause.)

»Nun verlassen wir auch diese Situation, und damit geht das Gefühl weg. Wir gehen nun zu einem typischen Arbeitstag in jenem Leben. Jeder tut ja irgend etwas für seinen Broterwerb. Erlebe, was Du dafür tust, und geh zu einem typischen Arbeitstag.« -

»Schau, was für eine Arbeit Du machst.« — »Und wie Du sie machst.« — »Vielleicht brauchst Du etwas dafür: Werkzeuge und Material.« — »Oder auch Kenntnisse oder Fähigkeiten.« — »Schau wo Du bist, wenn Du diese Arbeit machst: Irgendwo drinnen oder draußen? Allein oder mit anderen zusammen?« — »Was bedeutet Dir diese Arbeit? Tust Du sie gerne, oder ist sie für Dich etwas, das Du einfach tun muß?« -

(Kleine Pause.)

»Nun gelangst Du allmählich zum Ende dieses Arbeitstages. Wenn Du dahin kommst, wo Du dieses Mal mit der Arbeit fertig bist, wirst Du auch wissen, was Du dafür bekommst. Bist Du zufrieden? Genügt es Dir oder nicht?« -

»Nun verlassen wir den Arbeitstag und gehen zur nächsten Begegnung mit einer Person vom anderen Geschlecht. Geh zum nächsten Zusammensein mit jemandem vom anderen Geschlecht.«\* — »Wie ist diese Person? Was fühlst Du für sie? Was bedeutet sie Dir?« -

»Erlebe nun weiter, was Ihr zusammen tut und erlebt.«

(Pause.)

---

\* Da nun einmal, grob geschätzt, etwa 10 % der Bevölkerung sich eher zum gleichen Geschlecht hingezogen fühlt, werden nicht sehr wenige von uns in einem früheren Leben eine gleichgeschlechtliche Beziehung erlebt haben — was wir heute auch davon halten mögen... (vgl. Kapitel 16). Man mag es deshalb noch allgemeiner formulieren, z.B.: »...und gehen zur nächsten Begegnung mit einer Person, die Dir viel bedeutet. Geh zum nächsten Zusammensein mit jemandem, der für Dich wichtig ist.«



»Wiederum verlassen wir die Situation und gehen weiter. Dieses Mal zum wichtigsten Erlebnis in jenem Leben. Geh zur wichtigsten Situation, die Du dort erlebt hast.« — »Schau, was Du da erlebst. Was geschieht? Was bedeutet es Dir?« — »Was fühlst Du bei diesem Erlebnis?« — »Geh weiter durch diese Situation und erlebe sie.«

(Pause.)

»Nun verlassen wir auch diese Situation und gehen noch einmal weiter. Dieses Mal zur Situation, eine Stunde bevor Du stirbst. Ungefähr eine Stunde vor dem Tod.« — »Wo bist Du jetzt?« — »Was tust Du dort?« — »Wie geht es Dir? Ist alles noch in Ordnung, oder merkst Du schon etwas, das mit dem Körper nicht stimmt? In dem Fall: Was ist es und wie fühlt es sich an?« — »Wie fühlst Du Dich seelisch?« -

»Wir gehen zu einer halben Stunde vor dem Tod. Eine halbe Stunde vor dem Sterben. Wie geht es Dir jetzt?« — »Bist Du allein, oder ist jemand bei Dir?« -

»Nun eine Viertelstunde vor dem Tod. Wie ist es jetzt?« -

»Fünf Minuten vor dem Tod.« — »Drei Minuten.« — »Zwei Minuten.« — »Eine Minute.« — »Nun kommst Du heraus aus dem Körper.« — »Geh dorthin, wo Du den Körper gerade verlassen hast.« — »Wie geht es Dir jetzt?« — »Es ist meistens ein gutes Gefühl von Befreiung. Sollte es noch nicht so gut sein, gehst Du ein bißchen weiter, bis das Gefühl gut ist. Aber bleibe in der Nähe des Körpers. Geh noch nicht von ihm weg.« — »Wie sieht der Körper jetzt aus? Was bedeutet er Dir jetzt?« -

»Schau nun zurück auf jenes Leben, das Du soeben verlassen hast. Überblicke es vom Anfang bis zum Ende, und mach Dir eine Zusammenfassung vom Ablauf jenes Lebens mit den Höhepunkten und Tiefpunkten, mit den wichtigen Erlebnissen. Ungefähr so, wie wenn man ein Buch durchblättert und sich vom Inhalt eine Zusammenfassung macht.«

(Pause.)

»Beginne nun, diese Zusammenfassung abzuschließen. Du hast aber noch Zeit dafür.«

(Kleine Pause.)

»Schließe nun diese Zusammenfassung ab und geh zurück zum Helfer.« -

»Frag den Helfer, ob sonst noch etwas Wichtiges in jenem Leben war.« -

»Frag ihn, warum Du das hast erleben sollen. Was hast Du daraus lernen sollen?« — »Und wie gut hast Du es gelernt?« -

»Frag auch, ob Du in jenem Leben eine Person gekannt hast, die Du heute noch einmal kennst, in der neuen Inkarnation jener Person.« — »Wer, in dem Fall, war die Person damals, und wer ist sie heute?« — »Warum seid Ihr Euch heute wieder begegnet?« — »Was solltest Du, Deinerseits, aus der Beziehung oder Bekanntschaft machen?« -

»Bitte nun den Helfer, Dich in den Mutterleib Deiner heutigen Mutter hineinzulegen, am Anfang der Schwangerschaft, als Deine Seele gerade zu ihr gekommen war.« — »Wie fühlst Du Dich darin?« — »Glaubst Du, daß Deine Mutter schon weiß, daß sie schwanger ist, oder noch nicht?« — »Wenn nicht: Geh dorthin, wo sie es entdeckt oder erfährt.« — »Wie reagiert sie? Was fühlt sie?« — »Und was fühlst Du dann?« — »Geh dahin, wo sie es dem Vater erzählt oder in eine Situation, in der er in der Nähe ist?« — »Was fühlt er?« — »Was fühlst Du dann?« -

»Wir gehen nun zur Zeit von einem Monat vor der Geburt. Ungefähr ein Monat vorher. Wie geht es Dir jetzt?« — »Was fühlt Deine Mutter jetzt für Dich?« — »Und was fühlst Du für sie?« — »Und wie sind jetzt die Gefühle, wenn der Vater in der Nähe ist?« -

»Ich hoffe, daß die Gefühle gut sind, aber wenn nicht: Frag Dein Höheres Selbst, warum es so ist. Woran liegt es denn?« -

»Wir gehen zu einer Situation eine Woche vor der Geburt. Wie geht es Dir jetzt?« — »Und nun ein Tag vorher. Wie fühlst Du Dich?« — »Erlaube Dir jetzt, alle seelischen und körperlichen Gefühle zu erleben, die kommen.« — »Eine Stunde vor der Geburt. Wie ist es?« — »Eine halbe Stunde vorher.« — »Eine Viertelstunde. Wie geht es Dir jetzt?« — »Fünf Minuten, bevor Du heraus bist.« — »Drei Minuten.« — »Zwei Minuten.« — »Eine Minute.« — »Nun kommst Du heraus. Geh dahin, wo Du gerade herausgekommen bist. Wie geht es Dir jetzt?« — »Was macht man mit Dir?« — »Wenn Du den ersten Atemzug nimmst, wahrscheinlich mit dem ersten Schrei: Was fühlst Du?« -

»Geh nun zum ersten Mal weiter, in dem Du in den Armen Deiner Mutter bist oder vielleicht einer anderen Person, die Dich annimmt.«

(Es könnte ja sein, daß die Mutter bei der Geburt starb oder das Kind weggab, so daß es nie in ihre Arme kam.)

»Du bist das erste Mal in den Armen Deiner Mutter oder vielleicht einer anderen Person.« — »Wie fühlst du Dich?« — »Was fühlt sie jetzt für Dich?« — »Und was fühlst Du für sie?« -

»Ich hoffe, daß das Gefühl gut ist: Genieße es dann. Falls es nicht so gut ist, wird es gleich wieder vorbei sein.« -

»Nun kommt wahrscheinlich Dein Vater und sieht Dich zum ersten Mal. Wie sind jetzt die Gefühle?«

»Geh nun zurück zu Deinem Helfer« —

»Falls die Gefühle im Mutterleib und nach der Geburt nicht schön waren: Frag den Helfer, warum es so hat sein müssen.« — »Bitte ihn nun, seine Hände auf Deinen Körper anzulegen und Dir alle unangenehme Gefühle wegzunehmen, die vielleicht noch da sind.«

»Danke Deinem Helfer, geh zurück zum Aufzug und stell Dich vor ihn hin.« -

»Wir wollen nun wieder hinunterfahren und dieses Erlebnis abschließen.« — »Ich nehme an, daß Du nun vor dem Aufzug stehst oder gerade hinkommst.« -

»Steig hinein und wende Dich zur Türe.« — »Fahre nun zum Erdgeschoß. Ich zähle für die Fahrt noch einmal von 5 bis 1.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Steig hinaus. Stell Dich vor dem Aufzug hin.« — »Laß Dein Bewußtsein wieder zu den Füßen sinken.« -

»Geh nun wieder zum Kopf zurück und schalte auf dem Weg alle Schalter wieder ein. Die Reihenfolge ist nicht wichtig. Wenn Du fertig bist, bist Du wieder im Kopf und wartest noch etwas ab.« -

»Atme tief durch und mach die Augen auf. Bleibe noch ein bißchen liegen. Wenn Du Dich aufrichstest: Tu es langsam.«

Sollte es hell im Raum sein, warnen wir davor, die Augenbedeckung zu schnell wegzunehmen. Man könnte im ersten Moment geblendet werden.

Die Teilnehmer, die es wollen, können nun über ihre Erlebnisse kurz berichten.

(So in der Vorfassung von 1994. Heute lasse ich den Helfer die Person in Licht einhüllen, um dann evt. unangenehmen Gefühlen ausatmend dem Licht zu übergeben und diese einatmend durch Lichtenergie zu ersetzen. Nachher: Aus dem Licht aussteigen, dem Helfer Danken, in den Aufzug steigen, u.s.w. Vgl. unten die Begegnung mit dem Höheren Selbst. – vgl. CD zum Buch *Rückführung in frühere Leben – Praxisbuch*, Ansata, München, 2004)

**GRUPPENERLEBNIS:  
BEGEGNUNG MIT DEM HELFER, DEM INNEREN ARZT  
UND DEM HÖHEREN SELBST**

In diesem Erlebnis, das ungefähr eine Stunde dauert, begegnen wir dem Helfer, um eine vorbereitete Frage zu stellen (man soll sich also vorher eine Frage überlegen). Dann gehen wir zum inneren Arzt, um eine Generaluntersuchung zu bekommen und Fragen über die Ernährung und mögliche (bereits oder noch nicht manifestierte) seelische Krankheitsursachen zu stellen — damit sind psychische Faktoren gemeint, die sich im Körper als Krankheit äußern können (oder es schon tun). Schließlich kommen wir zur Begegnung mit dem eigenen Höheren Selbst, um Fragen über die Aufgabe in diesem Leben und den weiteren Weg zu stellen. Wie im Buch, Kapitel 15, dargestellt, kann es sein, daß man nicht direkt zum Höheren Selbst kommt, sondern zuerst eine Erscheinung begegnet und daran vorbei muß, die man vielleicht als »Hüter der Schwelle« bezeichnen kann.

Das Erlebnis fängt wie in der Gruppenrückführung an.

\*\*\*

»Atme fünfmal tief: Atme ein, zählend bis fünf, halte an, zählend bis drei, und atme aus, zählend bis fünf. In diesem Takt, fünf-drei-fünf, atmest Du nun fünfmal tief. Wenn Du fertig bist, atmest Du tief weiter, bis die nächste Instruktion kommt, aber Du mußt dann nicht mehr zählen.« -

»Stell Dir nun vor, auf dem rechten Fußrücken, auf der Oberseite des Fußes, einen Schalter zu haben. Es ist egal, wie er aussieht, jeder Schaltertyp ist in Ordnung. Behalte dann die Vorstellung vom Schalter dort.« -

»Du wirst bald diesen Schalter ausschalten, wie wenn Du mit einer unsichtbaren dritten Hand hinunterlangst, um es zu tun. Es ist dann egal, ob sich etwas am Gefühl im Fuß ändert oder nicht. Das einzige Wichtige ist, daß der Schalter ausgeschaltet wird und daß auf diese Weise ein Signal zu Deinem unbewußten Ich gesandt wird, um den Körper zur Ruhe zu legen. Es ist gut, sich vorzustellen, daß es ›Klick‹ macht, wie bei einem wirklichen Schalter.« -

»Schalte nun diesen Schalter aus, und sei Dir bewußt, daß er aus ist.«

(Nicht mit einem tiefen Atemzug, da dies u.U. für Nachbarn etwas laut sein könnte.)

»Ich führe Dich nun in einem bestimmten Takt weiter. Sollte es Dir manchmal zu langsam gehen: Habe bitte Geduld, denn andere hier werden diesen Takt brauchen. Sollte es Dir zu schnell gehen: Hebe dann eine Hand hoch, ich mache es in dem Fall langsamer.«

(Oder, falls der Raum dunkel ist: »...Sag bitte ›langsamer‹...«)

»Solltest Du merken, daß ein Nachbar eingeschlafen ist und das Atmen Dich stört: Berühre ihn kurz.«

(Der Leiter kann auch selbst einen Eingeschlafenen wecken, falls er ihn erreicht, ohne z.B. auf einem knirschenden Boden gehen zu müssen.)

»Nun gehen wir zum rechten Knie. Stell Dir auch dort einen Schalter vor, schalte ihn aus, und sei Dir bewußt, daß auch er aus ist.« -

»Und nun das gleiche an der rechten Hüfte, auf dem Hüftgelenk.« — »Auf dem linken Fußrücken.« — »Das linke Knie.« — »Die linke Hüfte.« — »Der rechte Handrücken.« — »Der rechte Ellbogen.« — »Die rechte Schulter, am Gelenk.« — »Der linke Handrücken.« — »Der linke Ellbogen.« — »Die linke Schulter.« -

»Und nun einmal tief durchatmen.« -

»Schalte aus oben auf dem Kopf, auf dem höchsten Punkt.« — »In der Mitte der Stirn.« — »Und auf dem Kehlkopf.« -

»Noch einmal tief durchatmen.« -

»Schalte aus auf dem Steißbein, am untersten Ende der Wirbelsäule.« — »Und nun am obersten Ende der Wirbelsäule, im Nacken, am Schädelboden.« -

»Wieder einmal tief durchatmen.« -

»Laß nun Dein Bewußtsein zu den Füßen sinken, so, als ob man in einem stillen Teich ein Steinchen losläßt, so daß es auf den Boden sinkt. Warte dann dort ab.« -

»Ich nehme nun an, daß Du dort bist oder vielleicht jetzt ankommst.« — »Bevor wir weitergehen, kannst Du Dich erst besser zurechtlegen, falls Du es brauchst. Es ist nicht wichtig, wie Du liegst, sondern nur, daß es Dir bequem ist.«

Wenn sich niemand mehr bewegt: »Es ist nicht wichtig, ob Du Dich entspannt fühlst oder nicht. Du mußt nicht entspannt sein. Es kommt vor, daß die Augen sich von selbst bewegen wollen. Dann dürfen sie es, es macht nichts.« -

»Nun wollen wir die Schalter überprüfen. Falls Du dabei bei einem Schalter das Gefühl hast, daß er nicht aus ist, dann atmest Du tief durch und schaltest wieder aus. Geh nun hinauf durch die Körperteile und überprüfe die Schalter, so, als ob man in einem leeren Haus von Zimmer zu Zimmer geht und die Schalter an den Wänden überprüft. Die Reihenfolge ist nicht wichtig. Wenn Du fertig bist, bist Du wieder im Kopf und wartest dort ab.«

(Der Leiter geht selbst die Stellen durch und atmet zweimal tief, um die Zeit zu bestimmen.)

»Wenn jemand für diese Überprüfung mehr Zeit braucht: bitte eine Hand auf.«

(Oder, falls der Raum ganz dunkel ist: »Sag bitte ›ja‹.«)

Dann entweder: »Wir haben mehr Zeit« (dies ist auch beruhigend für denjenigen, der schon längst fertig ist und anfängt, ungeduldig zu werden, denn er weiß nun, daß andere mehr Zeit brauchen) — oder gleich wie folgt weiter.

»Wieder einmal tief durchatmen.« -

»Laß Dir das Bild von einem Aufzug kommen. Es ist aber auch möglich, daß Du eine Treppe oder etwas anderes siehst. Nimm es, wie es kommen will. Ich spreche zwar von einem Aufzug, weil das das Üblichste ist. Laß Dich nicht dadurch stören, falls Du etwas anderes siehst, sondern handle entsprechend dem, was Du da hast.« -

»Schau den Aufzug an. Schau nach, wie er aussieht.« — »Geh hin und schau nach, ob die Kabine schon da steht oder noch nicht.« — »Falls sie nicht da ist, drückst Du auf die Ruftaste, so daß sie kommt.« — »Solltest Du immer noch nichts haben, weder einen Aufzug noch etwas anderes, stellst Du Dir einfach irgendeinen Aufzug vor.« -

»Ich nehme jetzt an, daß Du einen Aufzug da hast, in dem die Kabine bereitsteht, oder auch etwas anderes. Steig hinein, wende Dich zur Türe herum und betrachte die Kabine von innen her.«

(Mit dem Umherschauen hat man während der Pause etwas zu tun.)

»Wenn Du darin umherschaut, findest Du die Knöpfe für die Stockwerke.« — »Schau nach, welches Stockwerk das höchste ist, zu dem Du fahren kannst. Schau, was am obersten Knopf steht.« -

»Wende Dich innerlich zu deinem Höheren Selbst, das Dein höchstes Geistiges ist, die höchste Instanz im unbewußten Ich, und frag es, zu welchem Stockwerk Du fahren sollst um zu Deinem Helfer zu kommen. Nimm die erste Zahl, die Dir in den Sinn kommt.« — »Wir wollen nun dorthin fahren. Ich zähle für diese Fahrt langsam von 5 bis 1. Wenn nicht vorher, wirst Du dort sein, wenn ich zu 1 komme. Drücke den Knopf und fahre dorthin.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.«

(Etwa im Takt, wie ein Aufzug an Stockwerken vorbeifährt.)

»Bleibe noch in der Aufzugskabine, mach die Türe auf oder laß sie aufgehen und schau nach, was draußen ist.« — »Meistens ist dort ein Boden, auf den man aussteigen kann. Sollte es aber in die Luft hinausgehen, kannst Du einfach schweben, denn Du bist dort schwerelos. Steig hinaus, stell Dich vor den Aufzug und betrachte die Umgebung.« -

»Irgendwo dort ist Dein Helfer oder Deine Helferin. Es kann ja genauso gut eine weibliche Gestalt sein. Da aber unsere Sprache kein neutrales Wort dafür hat, spreche ich meistens in männlicher Form. Es kann auch eine Lichtgestalt oder ein Lichtschein sein. Bitte Dein Höheres Selbst, Dich zum Helfer zu führen und geh dorthin weiter, wo Du fühlst, daß Du hingehen sollst. Damit alle gut Zeit haben, zähle ich nun langsam von 10 bis 1. Dort, wo Du dann bist, wenn ich zu 1 komme, wirst Du den Helfer finden. Kommst Du schnell hin, schaust Du Dir in der Zwischenzeit die Umgebung an.«

(Mit dem Umherschauen hat die schnell angekommene Person während des Zählens etwas zu tun.)

»10 — 9 — 8 — 7 — 6 — 5 — 4 — 3 — 2 — 1.«

(Etwa im gleichen Takt wie vorher.)

»Schau umher. Schau nach, wie es dort aussieht.« — »Schau auch nach Deinem Helfer oder Deiner Helferin. Vielleicht ist er schon dort. Vielleicht kommt er jetzt.« -

»Sieh den Helfer an. Schau nach, welche Gestalt er gewählt hat, um sich Dir zu zeigen. Geh zu ihm hin.« -

»Spüre, wie Du Dich bei jenem Helfer fühlst. Wir wollen einen Helfer, mit dem Du Dich wohlfühlst. Es kommt selten einmal vor, daß man sich mit dem Helfer nicht wohlfühlt. Sollte es in Deinem Fall so sein, schickst Du ihn fort und siehst, wie er weggeht und verschwindet. In dem Fall bittest Du Dein Höheres Selbst, Dir einen anderen Helfer kommen zu lassen.« — »Sollte noch gar kein Helfer gekommen sein, bittest Du Dein Höheres Selbst ihn jetzt gleich zu Dir kommen zu lassen. Es ist aber möglich, einen unsichtbaren Helfer zu haben. Fühlst Du ihn, ohne ihn zu sehen, und fühlst Du Dich wohl damit, ist es in Ordnung.« -

»Ich nehme nun an, daß Du einen Helfer hast, mit dem Du Dich wohlfühlst. Wir wollen Fragen stellen. Vielleicht hörst Du dann seine Stimme, oder die Antwort erfolgt als Gedanken in Deinem Kopf. Nimm sie an, wie sie kommt. Es kommt vor, daß man Antworten erhält, die man nicht gerne hört. Du kannst dann nachher dazu Stellung nehmen, ob Du es so annehmen willst, oder nicht. Das ist Deine freie Wahl. Aber um diese Wahl treffen zu können, mußt Du ja erst wissen, um was es geht. Laß also jetzt den Helfer sagen, was er will.« -

»Stell nun dem Helfer Deine Frage.«

(Pause.)

»Sollte etwas in seiner Antwort unklar sein oder er Dir vielleicht etwas zeigen, das Du nicht verstehst, bittest Du um eine Erklärung.«

(Pause.)

»Wenn jemand für diese Frage noch mehr Zeit braucht, soll er bitte eine Hand aufheben.«

(Oder »ja« sagen.)

Falls es jemand tut: »Wir haben mehr Zeit. Die anderen können vielleicht in der Zwischenzeit weiter mit dem Helfer über die Sache sprechen.« (Pause.) Sonst wie unten weiter. (Dies beruhigt auch diejenigen, der schon längstens eine Antwort hat und anfängt, ungeduldig zu werden, denn er weiß nun, daß andere mehr Zeit brauchen.)

»Wir wollen nun zu anderen Fragen übergehen. Falls Du eines Tages vor einer Entscheidung für oder gegen etwas oder einer Wahl zwischen Alternativen stehst, und es geht um etwas, das für Dich gut ist, das Du wählen solltest: Welches intuitive Gefühl hast Du dann, das Dir zeigt, daß das für Dich in Ordnung ist? Bitte den Helfer, Dir dieses Gefühl zum Kennenlernen kommen zu lassen.« -

»Aber wenn die Sache für Dich nicht gut ist oder, im Extremfall, Dich jemand betrügen will: Was für ein Gefühl hast Du dann, das Dich warnt? Bitte den Helfer, auch dieses Gefühl zum Kennenlernen kommen zu lassen.« -

»Laß nun dieses Gefühl verschwinden. Ich hoffe, daß Du damit zwei intuitive Gefühlssignale kennengelernt hast, die Dir hilfreich sein können.« — »Danke Deinem Helfer, geh zurück zum Aufzug und stell Dich vor ihn hin.« -

»Wir wollen jetzt zu Deinem inneren Arzt oder Deiner inneren Ärztin.«-

»Ich nehme nun an, daß Du vor dem Aufzug stehst oder vielleicht jetzt gerade ankommst.« — »Steig hinein, wende Dich zur Türe herum.« — »Frag Dein Höheres Selbst, zu welchem Stockwerk Du nun fahren sollst, um dort zur Begegnung mit Deinem inneren Arzt zu kommen, und nimm die erste Zahl, die Dir in den Sinn kommt.« — »Auch dieses Mal zähle ich für die Fahrt von 5 bis 1. Drücke den Knopf und fahre dorthin.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Bleibe noch im Aufzug und schau erst nach, was draußen ist.« — »Sollte da kein Boden sein, wirst Du einfach in der Luft schweben.« — »Steig hinaus, stell Dich vor dem Aufzug hin, und betrachte die Umgebung dort.« -

»Irgendwo dort ist Dein innerer Arzt oder Deine innere Ärztin. Aus sprachlichen Gründen spreche ich meistens in männlicher Form, aber die Arztgestalt kann ja ebensogut weiblich sein. Bitte Dein Höheres Selbst, Dich dorthin zu führen, wo der Arzt ist, und geh dorthin weiter, wohin Du Dich geführt fühlst. Für das ›Timing‹ zähle ich noch einmal von 10 bis 1. Es gibt damit zwar Wiederholungen beim Zählen, aber es ist auch praktisch, so daß alle genug Zeit haben.« -

»10 — 9 — 8 — 7 — 6 — 5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Schau den Ort an, wo Du Dich jetzt befindest. Schau auch nach Deinem inneren Arzt, der vielleicht schon dort ist oder vielleicht jetzt kommt.« — »Schau ihn an, um zu sehen, welche Gestalt er oder sie gewählt hat, um sich Dir zu zeigen.« -

»Bitte nun den Arzt, mit Dir eine vollständige Untersuchung von Kopf bis Fuß zu machen und Dir alles zu sagen, was er vielleicht findet, das nicht in Ordnung ist. Bitte ihn auch, in dem Fall zu sagen, was die Ursache ist und was Du damit tun sollst. Erlaube ihm, zu tun, was er für diese Untersuchung tun will.«

(Der Leiter dieses Gruppenerlebnisses geht nun in Gedanken am besten seinen Körper mit allen Strukturen, Organen und Geweben durch, um die nötige Zeit ungefähr zu bestimmen.)

»Wenn jemand mehr Zeit für diese Untersuchung braucht: Bitte eine Hand hoch.«

(Oder »ja« sagen.)

Gegebenenfalls: »Wir haben mehr Zeit. Die anderen können vielleicht in der Zwischenzeit mit dem Arzt über evtl. Befunde sprechen.« (Pause.) Sonst wie unten weiter.

»Falls der Arzt noch etwas Wichtiges zu sagen hat, kann er es immer noch, währenddem er folgendes tut: Bitte ihn nun, seine Hände an jene Stelle Deines Körpers anzulegen, wo Du nun



am meisten Heilkraft brauchst, um Dir dort Heilkraft zu spenden. Es ist meistens ein wärmendes Gefühl, aber es kann auch kühlend sein. Nimm die Kraft an, die er Dir dort gibt.«

(Pause.) (Das Gefühl ist wärmend, wenn überwiegend heilende Energie zufließt, und es ist kühlend, wenn krankmachende Energie abfließt.)

»Laß ihn nun diese Behandlung abschließen. Fühle, wie eine Wirkung davon zurückbleibt, wie etwas sich zum Besseren verändert hat.« — »Wir wollen nun zu Fragen über Deine Ernährung übergehen.« — »Frag ihn, ob es etwas in Deiner heutigen Ernährung gibt, das Du weglassen oder reduzieren solltest, und in dem Fall, was.« — »Frag ihn auch, ob Du in Deiner Ernährung etwas Neues brauchst oder noch mehr von etwas, das Du schon zu Dir nimmst, und in dem Fall, was.« — »Falls Du viele Informationen bekommst, brauchst Du Dich nicht darum zu kümmern, wie Du alles behalten sollst. Du brauchst nur den Arzt zu bitten, Dich nachher wieder daran zu erinnern.« -

»Frag ihn, ob Du ein Kraut, ein Vitamin oder ein Mineral brauchst. In dem Fall, was. Sollte er z.B. ein Kraut zeigen, das Du nicht erkennst, fragst Du ihn, wie es heißt.« -

»Wir gehen nun zu Fragen über Deine Flüssigkeitseinnahme über. Frag ihn, ob Du genügend Flüssigkeit zu Dir nimmst, ob Du mehr trinken sollst oder vielleicht sogar weniger.« — »Frag ihn, welche Getränke für Dich besonders gut sind.« — »Und welche Du meiden solltest.« -

»Nun werden wir Fragen über mögliche psychische Faktoren stellen, die zu Krankheitsursachen werden könnten oder es vielleicht sogar schon geworden sind. Solche Faktoren sind z.B. unterdrückte Gefühle, unnötige Ängste oder Schuldgefühle; oder auch innere Konflikte oder Kompromisse zwischen dem, was man in sich fühlt, das man will oder soll, und dem, was man glaubt, daß die Umwelt von einem erwartet. Frag ihn, ob so etwas bei Dir vorhanden ist.« -

»Wenn so etwas bei Dir vorliegt: Frag ihn, was Du damit tun sollst.« -

»Vielleicht kann er nun einen Prozeß einleiten, der dahin führt, daß Du davon frei wirst, oder Dich sogar jetzt davon befreien.« -

»Danke Deinem Arzt, geh zurück zum Aufzug und stell Dich vor ihn hin.« -

»Wir wollen nun zur Begegnung mit Deinem Höheren Selbst gelangen.« -

»Ich nehme an, daß Du jetzt vor dem Aufzug stehst oder vielleicht jetzt gerade dort ankommst.« -

»Steig in den Aufzug hinein und wende Dich zur Türe.« — »Frag nun Dein Höheres Selbst, zu welchem Stockwerk Du fahren sollst, um ihm dort zu begegnen. Nimm wieder die erste Zahl, die Dir in den Sinn kommt.« — »Ich zähle wieder von 5 bis 1. Drücke den Knopf und fahre dorthin.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Bleibe noch im Aufzug und schau erst hinaus.« — »Wie immer: Sollte kein Boden da sein, wirst Du einfach in der Luft schweben.« — »Steig hinaus und betrachte die Umgebung.« —

»Dort, irgendwo, wirst Du Deinem Höheren Selbst begegnen. Bitte es, Dich dorthin zu führen und geh weiter, wie Dein Gefühl es Dir sagt.« — »Ich zähle wieder einmal von 10 bis 1. Solltest Du schnell dorthin kommen, schaust Du Dir in der Zwischenzeit den Ort an.« -

»10 — 9 — 8 — 7 — 6 — 5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Schau den Ort an, wo Du jetzt bist.« — »Sieh Dich auch nach einer Gestalt oder Erscheinung um, die Dein Höheres Selbst sein könnte, wie es sich Dir sichtbar macht. Geh dorthin.« — »Nun ist es so, daß man manchmal nicht direkt zum Höheren Selbst kommt, sondern erst eine Gestalt begegnet und daran vorbei muß, vergleichbar mit einem ›Hüter der Schwelle‹. Frag deshalb, ob es schon Dein Höheres Selbst ist oder noch nicht.« — »Wenn es schon Dein Höheres Selbst ist, wartest Du dort, um den anderen Zeit zu geben, die weitergehen sollen. Ist es aber noch nicht Dein Höheres Selbst, fragst Du, wie Du weitergehen sollst. Vielleicht kommt diese Gestalt auch mit und zeigt Dir den Weg.« -

»Wenn es noch nicht das Höhere Selbst war, fängst Du nun langsam an, es zu sehen.« -

»Geh dorthin, und stell Dich vor Dein Höheres Selbst.« — »Schau, welche Gestalt es gewählt hat, um sich Dir sichtbar zu machen.« — »Danke ihm dafür, daß es Dich ihm so begegnen läßt.« — »Frag es nun, warum Du dieses Mal inkarniert bist, was Du dieses Mal tun, erfahren oder lernen sollst, was Deine Aufgabe ist.« -

»Frag es auch, welche Hinweise es Dir geben will für Deinen weiteren Weg in diesem Leben oder auf was es Dich aufmerksam machen will.« -

»Frag auch, ob auf diesem weiteren Weg Hindernisse liegen können, auf die Du achten solltest. Hindernisse, die in Dir selbst liegen, in der Umwelt oder in den Umständen.« -

»Falls Du einmal auf ein solches Hindernis stoßen solltest: Was sollst Du dann tun, um es zu überwinden und Deinen Weg weiterzugehen?« -

»Bitte nun Dein Höheres Selbst, Dich ganz in Licht einzuhüllen.« -

»Fühle die Liebe dieses Lichts. Den Frieden darin, die Geborgenheit. Fühle auch die gute Energie dieses Lichts. Du kannst nun diese Energie in Dir aufnehmen. Atme sie ein, erfülle Dich damit.« -

»Falls Du etwas loslassen willst; Gefühle, die Du nicht haben möchtest, Ängste, negative Gedanken oder was es sein mag: Atme es aus Dir heraus. Gib es mit dem Ausatmen zum Licht ab, worin es sich dann auflöst. Ersetze es mit noch mehr Lichtenergie beim Einatmen.« -

»Solltest Du für eine andere Seele Haßgefühle empfinden: Gib auch diese zum Licht ab und ersetze sie durch Lichtenergie. Wenn Dir jemand etwas angetan hat, ist es nie ohne Ursache. Vielleicht hast Du selbst einmal jemandem so etwas angetan. Es ist immer eine Lektion und nie ein Leid ohne Grund. Versuche also, jener Seele jetzt zu verzeihen oder zumindest, den ersten Schritt dafür zu tun. Wenn wir jemand hassen, sind wir wie durch Stahlseile mit ihm verbunden, aber wir möchten ja frei von ihm sein. Durch Hassen klammern wir uns ganz fest an ihn. Nur durch das Verzeihen werden wir frei.« -

»Du wirst nun bald, aber noch nicht sofort, aus dem Licht heraussteigen. Nimm dann die Lichtenergie mit, die Du in Dir aufgenommen hast, aber laß zurück, was Du abgegeben hast.«  
 — »Steig aus dem Licht heraus und geh zurück zur Begegnung mit Deinem Höheren Selbst.«  
 — »Frag es nun, wie Du selbst wieder mit ihm in Kontakt kommen kannst, wenn Du es brauchst oder wünschst, um es vielleicht wieder so zu sehen wie jetzt oder einfach nur den Kontakt zu fühlen, was genügt.« — »Bitte Dein Höheres Selbst um vollständige Instruktionen dafür, wie Du wieder mit ihm Kontakt bekommen kannst.« — »Es kann sein, daß es Dir ein Symbol oder ein Wort gibt, das Dir hilft, wieder diesen Kontakt zu haben. Behalte es dann für Dich, denn solche Symbole oder Worte sind sehr persönlich. Wenn man zuviel darüber spricht, ist es, wie wenn man es nicht ganz ernst nimmt, und es kann dadurch abgewertet und weniger wirksam werden.« -

»Dein Höheres Selbst ist immer da, denn es ist ja das Höchste in Dir selbst, Dein wahres Ich, das Dir noch unbewußt ist. So wirst Du sicher wieder den Kontakt bekommen, wenn Du es willst. Danke ihm, geh zurück zum Aufzug und stell Dich vor ihn hin.« -

»Wir wollen nun wieder hinunterfahren und dieses Erlebnis abschließen.« -

»Ich nehme an, daß Du nun vor dem Aufzug stehst oder gerade hinkommst.« -

»Steig hinein und wende Dich zur Türe.« — »Fahre nun zum Erdgeschoß. Ich zähle für die Fahrt noch einmal von 5 bis 1.« -

»5 — 4 — 3 — 2 — 1.« -

»Steig hinaus. Stell Dich vor dem Aufzug hin.« — »Laß Dein Bewußtsein wieder zu den Füßen sinken.« -

»Geh nun wieder zum Kopf zurück und schalte auf dem Weg alle Schalter wieder ein. Die Reihenfolge ist nicht wichtig. Wenn Du fertig bist, bist Du wieder im Kopf und wartest noch etwas ab.« -

»Atme tief durch und mach die Augen auf. Bleibe noch ein bißchen liegen. Wenn Du Dich aufrichtest: Tu es langsam.«

Sollte es hell im Raum sein, warnen wir davor, die Augenbedeckung zu schnell wegzunehmen. Man könnte im ersten Moment geblendet werden.

Die Teilnehmer, die es wollen, können nun über ihre Erlebnisse kurz berichten.

## BEHINDERUNG, RÜCKFÜHRUNG UND REINKARNATION

Interview durch Stefan Hugentobler, Bern<sup>\*</sup>

### *Themenkreis: Behinderung und Sinnfrage*

Hugentobler: »Können Sie mir kurz erläutern, was Sie unter Reinkarnation verstehen?«

Sigdell: »Reinkarnation bedeutet, daß die Seele des Menschen nach dem Tode des Körpers eine gewisse Zeit später zu einer neuen Mutter kommt, sich mit dem Kind in ihrem Bauch verbindet und im Laufe der Schwangerschaft sich in jenem Leib inkarniert, um in einer neuen Verkörperung geboren zu werden. Nach dieser Lehre ist das eigentliche Ich des Menschen seine Seele, die mit seinem unbewußten Ich zu tun hat. Das bewußte Ich, das sich in jeder Verkörperung neu heranbildet und mit dem Ego zu tun hat, hat damit verglichen eher den Charakter eines Schein-Ichs, womit sich aber der Mensch identifiziert und somit sein wahres Ich vergißt.«

H.: »Welche Gründe zur Entstehung einer geistigen Behinderung könnten aus Ihrer Sicht vorliegen?«

S.: »Eine geistige Behinderung gibt es nur im körperlichen Bewußtsein. Die Seele kann niemals behindert sein, kann sich aber in jenem Fall nicht gut durch den Körper ausdrücken. Sie kann nicht auf der körperlichen Ebene mit den anderen in üblicher Weise gut kommunizieren, da der Verstand nicht richtig funktioniert oder die Verbindung der Seele zum Körper nicht in Ordnung ist. Als Vergleichsmodell können wir die Seele und das unbewußte Ich als einen immateriellen ›Zentralcomputer‹ mit fast unbegrenzter Kapazität betrachten und den Verstand im Körper, wozu das materielle Gehirn gehört, als ein ›Computerterminal‹. Es ist dann, wie wenn das Terminal nicht voll funktionsfähig ist oder wie wenn die Verbindungsleitung vom Zentralcomputer her nicht in Ordnung ist. Von der Seelenebene her gesehen, ist eine sogenannte geistige Behinderung im Grunde genommen nicht viel anders als eine Blindheit, Taubheit oder Stummheit. Wir können mit Blinden ohne weiteres kommunizieren. Wir und die Gehörlosen bzw. Stummen haben heute gegenseitig gelernt, zu kommunizieren. Wir und die sogenannten geistig Behinderten haben es noch nicht gut gelernt. Ein Begriff, der mir besser als der Ausdruck ›geistig behindert‹ gefällt, ist die Bezeichnung ›verstandesmäßig behindert‹. Wie bereits erwähnt, kann die Seele niemals behindert oder krank sein. Der Begriff ›geistig‹ hat für mich auch mit der Seele zu tun, so daß ›geistig behindert‹ und auch ›seelisch behindert‹ mir falsche Formulierungen sind. Es ist *nur* der Ausdruck durch den Körper, durch dessen Verstand, der nicht richtig funktioniert.

»Wir wissen ja auch, daß man früher Gehörlose wie ›dumm‹ behandelte, wodurch sie effektiv ›dumm‹ gemacht wurden, bis man Wege fand, um mit ihnen zu kommunizieren.

»Daß es bei vielen Behinderten ein noch unerkanntes Potential geben wird, zeigt mir ein erstaunliches Beispiel aus Schweden. Es gibt dort eine junge mongoloide Frau, die sich für Be-

---

<sup>\*</sup> Dieser Text ist mit freundlicher Genehmigung einer Diplomarbeit von Herrn Hugentobler entnommen, wobei ich nur geringe Verbesserungen meiner eigenen Äußerungen vorgenommen habe: *Behinderung — Kirche — Reinkarnation*, S. Hugentobler, Konsumstrasse 6, CH-3007 Bern (Diplomarbeit aus der BFF-Bern, Abteilung Sozial- und Sonderpädagogik, Ausbildung zum/zur LehrerIn für Menschen mit einer geistigen Behinderung, 1993). Der Text erschien neu in *Bulletin Arbeitsgemeinschaft LehrerInnen für Geistigbehinderte*, Bern, Heft 75, 4. Quartal 1997, Thema »Behinderung und christliche Religion.«

hinderte und Aufklärung über sie einsetzt. Sie tritt z.B. in Fernsehdiskussionen auf und spricht mit einer geistigen Klarheit, die man sonst bisher von Mongoloiden nicht kennt. Man darf sich nicht davon täuschen lassen, das sie wohl aus anatomischen Gründen nicht so gut artikulieren kann.«

H.: *»Welchen Nutzen könnte Ihrer Meinung nach eine menschliche Seele aus der Erfahrung eines Lebens mit einer geistigen Behinderung ziehen, wenn man dabei die Reinkarnationshypothese berücksichtigt?«*

S.: *»Die Seele macht Erfahrungen durch den Körper, die größtenteils Erfahrungen von menschlichen Beziehungen sind. Sie lernt dadurch den Umgang mit den Mitwesen in Liebe, Verständnis und Mitgefühl. Es ist nach vorliegendem Erkenntnismaterial von sogenannten Rückführungen offenbar so, daß die Mehrheit der Seelen durch Fehlhandlungen und das Erleben ihrer Folgen lernen. Versagen wir in Liebe zum Mitmenschen, werden wir dies an uns selbst erleben müssen. Der Täter wird später zum Opfer unter ähnlichen Umständen. Dies hat nichts mit Strafe oder Vergeltung zu tun, sondern ist eine Lektion - eine Belehrung durch die Erfahrung. Wer Schwarze diskriminiert, lernt sehr viel vom Menschsein, wenn er später selbst mit schwarzer Haut geboren wird - erst recht, wenn er dann Diskriminierung an sich selbst erlebt. Gehen wir ohne Liebe und Verständnis mit Behinderten um, werden wir wahrscheinlich selbst einmal erfahren müssen, wie es ist, als Behinderter zu leben. Wie man sagt: ›Wer nicht verstehen will, muß fühlen.‹ Nach einer solchen Inkarnation hat man sehr viel dazugelernt und geht nie mehr so mit solchen Mitseelen um.«*

H.: *»Beinhaltet die Reinkarnationshypothese nicht auch eine Weiterführung des Vergeltungsdogmas, das sich in der Vergangenheit so verhängnisvoll auf die Situation von Menschen mit einer Behinderung ausgewirkt hat (Behinderung als eine Strafe Gottes)? Ist Behinderung eine Schuldfrage? Ist sie selbstverursacht?«*

S.: *»Es geht eben nicht um Vergeltung, sondern um das Lernen von Liebe und Verständnis durch die eigene Erfahrung. Dies ist nicht eine Strafe Gottes, sondern eine von der Seele her selbstgesuchte Lektion. Die Schuldfrage hat hier eine andere Dimension als auf der Ebene des körperlichen Bewußtseins. Niemand anders klagt an, Gott erst recht nicht, sondern wir klagen uns als Seelen nach dem Tode selbst an und wählen eine neue Verkörperung, die eine entsprechende Erfahrung mit sich bringt. Die Seele sagt sich gewissermaßen selbst: ›Da habe ich etwas nicht richtig gemacht. Ich habe in der Liebe versagt. Ich sehe nun ein, daß ich das an mir selbst erfahren muß, um es besser zu verstehen.«*

H.: *»Was sagen Sie zu einem Menschen mit einer Behinderung, der sich durch eine solche Betrachtungsweise in seiner Menschenwürde verletzt fühlt?«*

S.: *»Ich möchte hier noch einmal betonen, daß die Rückführungserfahrungen zeigen, daß ein sogenanntes Leiden immer eine Folge einer eigenen Tat ist. Ich möchte nicht, daß dies in einem anklagenden Sinne aufgefaßt wird. Was wir in einer Rückführung erstreben, ist, daß einem bewußt wird, daß man sich mit seiner Vergangenheit versöhnen kann. Alte Schuldgefühle, die man aus der ›Tätersituation‹ immer noch unbewußt mit sich herumträgt, können losgelassen werden, um wirklich von dieser alten Geschichte frei werden zu können.*

*»Der verstandesmäßig Behinderte wird wohl meistens nicht ohne weiteres in der Lage sein, solche Zusammenhänge bewußt einzusehen und zu verwerten. Sein Umkreis aber dürfte, durch den richtigen und verständnisvollen Umgang mit ihm, seine Seele in ihrer Erfahrung in diesem Sinne unterstützen können.*

»Vielleicht klingt es zunächst schlimm, wenn man sagt, daß ein Leiden auf ein eigenes Fehlverhalten zurückzuführen ist, aber wäre es nicht noch schlimmer, wenn man dasselbe Leiden völlig grundlos hätte?«

H.: *»Wurden Sie auch schon von Menschen mit einer geistigen Behinderung aufgesucht? Wurden Sie in diesem Zusammenhang auch schon mit der Frage des Sinns von Behinderung konfrontiert, respektive darauf angesprochen? Können Sie mir ein Beispiel nennen?«*

S.: *»Ich wurde bisher nicht von einem verstandesmäßig Behinderten angesprochen. Ich habe noch nie mit in solcher Weise Behinderten eine Rückführung gemacht, wohl aber mit Eltern solcher Mitseelen. Dies, meine ich, ist auch sinnvoller. Die Seelen von Eltern und Kind sind zusammen, um gemeinsam zu lernen. Die Seele des Kindes lernt das Behindertsein zu verstehen, und die Eltern lernen den Umgang mit Behinderten in Liebe und Verständnis. Durch eine Rückführung können sich die Eltern bewußt werden lassen, um was es hier geht und wie sie diese Aufgabe besser bewältigen können. Wahrscheinlich sind sie nicht das erste Mal mit der Seele des Kindes zusammen. In einem früheren Leben waren sie vielleicht sogar mit vertauschten Rollen zusammen. Was man damals selbst als Behinderter lernte, kann man dann heute erst recht in die Liebestat umsetzen. Ein konkretes Beispiel von einer Rückführung mit einem Elternteil habe ich jetzt nicht in Erinnerung.«*

#### *Themenkreis: Heil(ung)serwartungen*

H.: *»Ist eine Rückführung mit einem Menschen mit einer geistigen Behinderung möglich? Welchen Nutzen könnte dieser Mensch oder seine Eltern daraus ziehen? Unter welchen Voraussetzungen wären Sie zu einer solchen Rückführung bereit?«*

S.: *»Ich weiß nicht, inwieweit eine Rückführung mit einem verstandesmäßig Behinderten möglich wäre oder durch die Behinderung selbst zu stark erschwert. Wie wir alle kann ich selbst nicht gut mit solchen Behinderten kommunizieren. Die gute Kommunikation ist aber Voraussetzung für eine Rückführung.«*

H.: *»Wie gehen Sie in Ihrer Praxis mit ›übertriebenen Heilserwartungen‹ um? Können Sie mir ein Beispiel nennen?«*

S.: *»Eine übertriebene Heilserwartung wäre im Falle von Rückführungen zunächst, von einem Problem befreit werden zu wollen, ohne die diesbezügliche Einsicht haben zu müssen, weshalb man dieses Problem hat und mit welchem eigenen Fehlverhalten jetzt oder in der Vergangenheit es zu tun hat. Heilung hat mit Wandlung zu tun. Will man z.B. nur von Schmerzen frei sein, um so weiter zu leben wie bisher, mit allen Charakterfehlern, Gefühlsunterdrückungen und Ängsten, die psychosomatische Ursachen der Schmerzen sind, geht die Rechnung nicht auf. Will man beispielsweise anderen die ganze Schuld für sein Leid zuweisen und den eigenen Anteil daran nicht wahrhaben, kann das Problem nicht gelöst werden, sondern es können höchstens Symptome vorübergehend unterdrückt werden. Es geht in der Rückführung um eine emotionale Befreiung durch Erkenntnis und Einsicht, ggf. auch um körperliche Manifestationen emotionaler Probleme.*

*»Eine weitere übertriebene Heilserwartung wäre, einen irreversiblen Körperzustand rückgängig machen zu wollen. Ein verlorenes Bein wird nicht wieder auswachsen, um es extrem zu formulieren. Ein aus physiologischen oder anatomischen Gründen nicht voll funktionsfähiges Gehirn wird auch nicht heranwachsen können. Bei einer körperlichen Behinderung geht es in*

erster Linie darum, nachher besser mit ihr leben zu können. Bei einer verstandesmäßigen Behinderung kann es sein, daß die verstandesmäßige Voraussetzung dafür, selbst mit der Behinderung besser zu leben, nicht ohne weiteres da ist, das heißt, daß ein evtl. Rückführungserlebnis unter Umständen nicht entsprechend verarbeitet werden kann. Es ist dann eher eine Frage der *Heilung der Familie*, so daß der Behinderte besser darin leben kann. Das wäre für die Familie eine realistische ›Heilserwartung.‹ In einer Rückführung mit einem Elternteil oder Rückführungen mit den Eltern würde ich Erkenntnis und Einsicht in diesem Sinne erstreben.«

**Themenkreis: Eltern-Kind-Beziehung**

H.: »Wie betrachten Sie aus Ihrer Sicht die Verbindung von Eltern und Kind beim Vorliegen einer Behinderung? Ist die Ursache dieser Verbindung karmischer Natur?«

S.: »Hierzu wurde das meiste schon gesagt. Man kann im Ursachenkomplex auch Karma sehen, aber dann ist für mich Karma nicht als Bestrafung zu verstehen, sondern als Lernaufgabe der Beteiligten.

»Ich habe vorhin die Heilung der Familie erwähnt. Diese hat für mich mindestens drei Aspekte: Erstens ist es erfahrungsgemäß meistens, aber nicht notwendigerweise, so, daß zumindest ein Elternteil die Seele des Kindes schon früher einmal gekannt hat - daß diese beiden Seelen in einem früheren Leben schon einmal zusammen gewesen sind. Die Situation heute stellt eine Fortsetzung der früheren Beziehung dar, oft im Sinne einer Versöhnung. Diese Versöhnung ist dann meistens der Grund, warum diese Seelen sich wieder begegnen, wenn sie im früheren Leben in irgendeinem Sinn in einem ›Opfer-Täter-Verhältnis‹ standen. Es muß nicht so sein, doch es ist nicht selten so, daß wenn man unter schwierigen Umständen wieder zusammenkommt, dahinter ein früheres Opfer-Täter-Verhältnis zu finden ist. Das Reinkarnationsbewußtsein kann in diesem Sinne einen wichtigen Beitrag zu dieser Versöhnung leisten.

»Zweitens ist es natürlich so, daß es schwierig ist, zu wissen, was denn eine in einem verstandesmäßig behinderten Körper inkarnierte Seele wirklich braucht. Einfach darum, weil wir mit diesen Seelen nicht gut kommunizieren können. Auch hier könnte die Reinkarnationstherapie uns helfen, mehr darüber zu erfahren.

»Drittens erscheint es klar, daß ein behindertes Kind für eine Familie eine große Belastung darstellt. Durch den dadurch bedingten großen Aufwand hat man ja auch weniger Zeit für sich selbst. Durch das Reinkarnationsbewußtsein läßt sich dies vielleicht auch leichter akzeptieren.«

**Themenkreis: Gesellschaftliche Auswirkung spirituell motivierter Haltungen gegenüber Menschen mit einer geistigen Behinderung**

H.: »Wie könnte sich nach Ihrer Auffassung die Durchsetzung dieses Ansatzes gesamtgesellschaftlich auswirken? Und wie auf die Situation von behinderten und pflegebedürftigen Menschen?«

S.: »Die Durchsetzung dieses Ansatzes sollte zu besserem Verständnis und mehr Liebe im Umgang führen. Auch zur Einsicht, daß die *Seele* des Behinderten gesund ist und *alles versteht*, was sein bewußtes Ich nicht verstehen kann. Sie versteht alles, was wir sagen, auch wenn der Behinderte dies nicht zu registrieren scheint. Sie spürt die Gefühle der Umwelt viel besser, als ein Nichtbehinderter es tut.«

H.: *»Wie erklären Sie sich die Ausklammerung der Reinkarnationshypothese aus der wissenschaftlichen Diskussion? Wie verhalten Sie sich gegenüber Menschen, die Ihre Tätigkeit als »Hokuspokus« betrachten?«*

S.: *»Das Hauptproblem für die Schulwissenschaft bei der Reinkarnationsfrage ist die Vorstellung einer Seele als immaterielles Ich, die sich eigentlich nur des Körpers bedient. Dies paßt nicht in das konventionelle wissenschaftliche Konzept und wird nicht in die wissenschaftliche Denkweise hineingelassen. Man sucht für alles Erklärungen auf der physischen Ebene, in einem Weltbild, das für eine solche Betrachtungsweise keine Grundlage zulassen will. Dazu behindern festgefahrene Glaubensdogmen solche Diskussionen, da die Reinkarnation zwar unkirchlich, aber keineswegs unchristlich oder unbiblisch ist. Wer es als Hokuspokus betrachtet, ist - übertrieben formuliert - durch ein solches vorgefaßtes Weltbild in einem gewissen Sinne selbst behindert, was ich aber als seine Situation und frei gewählte Anschauungsweise (in Erwartung von Gegenseitigkeit) zu akzeptieren habe.*

*»Nicht mit seinen Argumenten einverstanden zu sein, ist nicht das gleiche, wie nicht auch für ihn die Liebe zum Mitmenschen zu haben. Es ist schade für Mensch und Gesellschaft, wenn man sich durch Ausklammern dessen, was man in seinem Weltbild nicht haben will, von einem wesentlichen Heilaspekt abwendet.«*

H.: *»Nun ist es ja doch unbestreitbar, daß es auf dem Gebiet Geistheilung und Verwandtes eine nicht zu unterschätzende Anzahl von sogenannten Scharlatanen gibt, die die Gutgläubigkeit von Menschen ausnützen. Was kann man im Falle eines Besuchs bei einem Geistheilern tun, um sicher zu sein, keinem Scharlatan zum Opfer zu fallen?«*

S.: *»Das ist keine einfache Frage. Es ist natürlich so, daß es auf der einen Seite überall gut motivierte Leute gibt und auf der anderen Seite solche, die eher den Scharlatanen zuzurechnen sind, beispielsweise auch in der Schulmedizin. Einen Arzt, der in erster Linie Geld verdienen will und nicht mit Liebe arbeitet, betrachte ich ebenfalls als Scharlatan.*

*»Was kann man also tun? Man kann sich vielleicht bei anderen Leuten über ihre Erfahrungen mit dem entsprechenden Geistheilern informieren.*

*»Man kann sich vielleicht auch auf den Eindruck, den diese Person macht, verlassen. Wenn dieser betreffende Geistheilern vor allem Geld verdienen will, wird sich das sicher auch in seinem Verhalten äußern, und er wird gewisse Honorarforderungen stellen, die einen aufmerken lassen. An einen solchen Geistheilern würde ich mich nicht wenden. Natürlich muß auch dieser leben und eine angemessene Einnahme aus seiner Arbeit erhalten, aber wenn seine Forderungen übermäßig sind, dann ist das kein gutes Zeichen. Ähnlich, wenn seine Selbstdarstellung allzu viel Eigenlob und Ruhmanspruch beinhaltet.*

*»Das Hauptkriterium wäre für mich, sofern das beurteilbar ist, wieviel Liebe dieser Heiler seinem Patienten entgegenbringt. Ist seine Motivation eher die, daß er helfen will, oder will er eher Geld verdienen? Es ist natürlich nicht einfach, das sofort zu beurteilen.«*



### Nachtrag<sup>\*</sup>

In zwei Rückführungen erlebte sich die Person als im früheren Leben selbst behindert. Eine Person war ein mongoloides Mädchen, das gefühlsmäßig sehr gut zu spüren vermochte, was in anderen Menschen vorging: Was sie ihr gegenüber dachten und fühlten. Es war für ihre Seele schmerzlich, sich nicht ausdrücken zu können und wie eine »Dumme« behandelt zu werden. Sie konnte nicht gut zum Ausdruck bringen, was sie fühlte und auch nicht ihr Bedürfnis nach Liebe. Nach der Rückführung bezeichnete sie diese Erfahrung als für sie sehr wertvoll.

Ein Mann, der selbst mit Behinderten arbeitet, war im früheren Leben ein verstandesmäßig Behinderter, der am Webstuhl arbeitete. Er erlebte es, wie wenn seine Seele nur halb im Körper war. Ähnlich wie beim mongoloiden Mädchen litt seine Seele darunter, nicht verstanden zu werden und sich nicht ausdrücken zu können. Auf die Frage an seinen Helfer, ob es gut wäre, mit einem verstandesmäßig Behinderten (sofern möglich) eine Rückführung zu machen, bekam er als Antwort, daß man es nicht tun sollte. Der Behinderte könne das Erlebnis nicht gut verarbeiten, und es wäre eher schmerzlich, sich daran zu erinnern, einmal »normal« gewesen zu sein, wenn man es heute nicht sein *kann*. Die Erfahrung seiner Seele vom Behindertsein gibt übrigens jenem Mann ein besonderes, eher intuitives Verständnis für solche Mitmenschen, das ihm in seiner Arbeit zugute kommt.

---

\* Dieser Nachtrag ist in der Arbeit Hugentoblers nicht enthalten.

## Berichtigungen

zum Buch *Rückführung in frühere Leben* von J.E. Sigdell (Scherz Verlag, 1988)

Der Text wurde vom Lektorat in einer gelungenen Weise stilistisch stark umgearbeitet, was den Text sprachlich sehr viel verbessert hat. Jedoch ist es dann unvermeidlich, daß sich ein paar Mißverständnisse und Fehlinterpretationen einschleichen. Die meisten wurden vom Verfasser in der Druckvorlage beseitigt, aber einige wenige wurden übersehen.

Zeilenbezeichnungen (Z.) zählen, wenn nicht anders angegeben wird, von oben. Ein hochgestelltes Minuszeichen bei der Zeilenangabe gibt an, daß sie von unten her gezählt ist.

**S. 55, Z. 3<sup>-</sup> – 2<sup>-</sup>** : «...viel mit der Hypnose experimentiert.» statt ...viel mit dieser Art von Hypnose gearbeitet.» Es geht nicht um die besondere Art, die sog. «Halluzinationen» hervorruft — es wurde damit sehr wenig absichtlich gearbeitet — sondern um Hypnose im Allgemeinen, sowie darum, daß dabei manchmal solche sog. «Halluzinationen» *spontan* aufgetreten sind.

**S. 70, Z. 5** : «handelt» statt «handle.»

**S. 76**: Die Überschrift «Die Ebenen des Rückführungserlebnisses» entfällt (sie wurde irrtümlicherweise von der Abbildung auf S. 117 übernommen).

**S. 85, Z. 10<sup>-</sup> – 9<sup>-</sup>** : «...sowie die Manipulation der Erinnerung an das heutige Leben (vgl. S. 69 unten und 70 oben)...» statt «...sowie die Manipulation der Erinnerung an ein bestimmtes Leben...»

**S. 103, Z. 7<sup>-</sup>** : «Klientin» statt «Klient.»

**S. 162, Z. 1<sup>-</sup>** : Punkt statt Fragezeichen. Dieser Fall bezieht sich auf die Aufforderung zu melden, wenn unterwegs evtl. etwas auffällt (s. S. 105, Mitte).

**S. 249, Z. 12 – 13** : «..., daß das Licht sie verbrennen würde.» statt «..., daß dieses Licht sie verbrennen würde.» Gemeint ist das Licht der Lichtwelt und nicht das Lichtlein in der Wesenheit selbst. Wir rufen vorher einen Lichtengel hinzu, dessen Licht das Wesen vorsichtig berühren kann.

**S. 249, Z. 22 – 26** : Ändern zu: «Eine auf diese Weise entdeckte Wesenheit fürchtet Bestrafung, denn ihr ist gesagt worden, sie dürfe nicht erkannt werden, da sie sonst zur Strafe an einen qualvollen Ort gebracht würde. Als Motivation...» Es geht nicht um einen einzelnen Fall Baldwins, sondern allgemein um eine Wesenheit, die in diese Weise — durch einen Rückführenden und seinen Klienten — entdeckt worden ist. «Motivation» paßt besser als «Lockmittel». Wir wollen ja die Wesenheit nicht manipulieren, sondern der Ausweg ins Licht ist auch wirklich eine Möglichkeit, die zu erwartende Bestrafung zu entgehen.

**S. 333 unten**: Meine Telephonnummer hat sich inzwischen geändert und lautet nunmehr 00386 - 5 - 764 04 67.