



## Astralreisen

---

dian - 6.7.2005 um 23:52

Leute, was für ein Trip....

Ich beschäftige mich ja schon ein Weilchen mit dem Thema "Astralreisen". (Für die, die nicht wissen, was das ist: Beim Astralreisen löst sich der Geist aus seiner körperlichen Hülle und schwebt in der Gegend rum, ähnlich wie bei einer Nahtoderfahrung.)

Ist natürlich nicht so ganz einfach, wie ihr euch sicher denken könnt... Dazu muss man erst einmal so lange ruhig daliegen, bis der Körper sich im Halbschlaf befindet. Mit bestimmten Meditationstechniken kann man dann versuchen, den Astralleib von dem materiellen Körper zu lösen.

Klingt eigentlich alles recht plausibel... vorausgesetzt natürlich, man glaubt an so etwas wie eine unsterbliche Seele.

Da ich das eigentlich schon tue, vom öden irdischen Dasein langsam die Schnauze voll habe und nach neuen Erkenntnissen giere, habe ich es vorhin mal wieder versucht.

Es hat natürlich wieder nicht geklappt. Aber ich hab noch nie sowas Krasses gefühlt wie gerade eben...

Ich fühlte mich plötzlich völlig leicht und frei, und ich spürte, wie ich lächelte, obwohl ich genau wusste, dass mein Mund das nicht tat. Irgendwie bewegte sich mein Kopf, ohne sich zu bewegen. Ähm ja, ist schwierig zu beschreiben...

Dann ging es auf einmal richtig ab:

Mein Herz raste, als ob es gleich aus dem Körper springen wollte in einem völlig unnormalen Tempo, und die Schläge waren so laut, als würde ich direkt neben ein paar vollaufgedrehten Bassboxen liegen.

Und dann zog eine ungeheure Kraft an meinem Gesicht. Ich bemühte mich, ruhig zu bleiben und weiter an das Austreten aus dem Körper zu denken... dann wurde das Ziehen noch stärker, und ich war mir sicher, dass ich es diesmal schaffen würde.

Das Gefühl ist wirklich schwer zu beschreiben...als ob an der Decke ein starkes Magnet hängen würde, das irgendetwas in mir drin zu sich hochziehen wollte.

Irgendwie war ich dann aber wohl kurz unkonzentriert, und die ganze Energie fiel wieder ab. Dann hatte ich nicht mehr den Nerv für einen neuen Versuch und hab mich langsam ans Aufwachen gemacht.

Ich war zuerst fix und fertig, habe leicht gezittert und hatte Tränen in den Augen. Ich weiss genau, ich war kurz vor dem Durchbruch in etwas, das weitaus grösser und besser war als diese Welt...

Jetzt könnt ihr mich meinetwegen wieder für nen Spinner oder Drogenfreak halten... aber es war definitiv kein Traum oder so, denn ich hatte jederzeit totale Kontrolle über mein Bewusstsein und meine Gedanken. Und ich bin auch definitiv nicht so der Esoteriktyp, der jeden Scheiss glaubt, der einem von irgendwelchen Parapsychologen erzählt wird.

Ich werde es jedenfalls wieder versuchen... denn das war diesmal wirklich fast auf der Ziellinie zurückgepiffen. Ich fühle mich jetzt immer noch irgendwie neben mir stehend.

Würde mich interessieren, ob hier jemand ist, der was ähnliches mal erlebt hat oder sich auch mit diesem Thema beschäftigt...

---

algiz - 7.7.2005 um 02:04

@koenig der freaks: hart, echt hart

ich hatte schon überdurchschnittlich viele unfälle und harte erlebnisse (aber ich hab sie nie herausgefordert) mein schicksal gab mir schon im alter von acht jahren bei einem verkehrsunfall die möglichkeit meinen körper zu verlassen. ich wurde von einem auto erfasst als ich rumradelte wie das achtjährige so machen. ich flog durch die luft mit dem schädel durch seine scheibe auf die a-säule mit der birne auf die strasse zurück, lag mit eben dieser birne vor seinem linken vorderrad und meine mom und dad bekamen das live mit weil er unten in unsrer werkstatt autos repariert und meine mutter oben aus der küche sah. nun nach etlichen krankenhubschraubersachen und lebensrettung kam ich nach stuttgart ins olgahospital. dort gab mir das schicksal noch eine weitere chance abzukacken: die lebenserhaltenden geräte beatmung herzsschlagkontrolle luft, blut, weiss der henker die ganze maschinerie in meiner intensiv station (die sechs betten in meinem zimmer) viel aus, da mein gerät einen kurzschluss verursachte in der nacht. die folge war, dass mein vater (der natürlich die ganze nacht da war) mich künstlich per pumpen beatmen musste was auch nicht easy going ist. nun somit hat er mich nicht nur erzeugt sondern mir 9 jahre danach das leben gerettet. erst nach drei tagen koma wachte ich auf und erkannte (und das war nicht sicher) meine eltern wieder. nun, als ich nach 4 wochen (glaub ich) wieder daheim war, sah man immer noch genau die anzeichnungen mit dieser gelben bullenkreide auf der strasse vor unserm haus.

ich lief an die unfallstelle und sah, dass das linke vorderrad des wagens keinen halben meter vor meinem daliegenden schädel zum stehen kam. der fahrer war der sohn einer klassenkammeradin meiner mutter. wir kämpften um eine dreissiger zone die wir jahre später auch bekamen. es ist also meine dreissiger zone, durch die ich nun mit meinem jeep, oft angedrunken und nie mit dreissig pflüge.  
das leben ist ein schlechter film nicht wahr?  
und weisst du was? ich hab nie ein weisses licht gesehen, gott gibts nicht nach dem tod ist nichts.  
hatte nicht direkt was mit deinem thema zu tun sorry.  
was ich ganz interessant finde ist die wahrnehmung in der maelstrom phase. wenn man so in einer mischung aus schlaf und wach verharrt über längere zeit also meist (zumindest bei mir, ich bin ja clean) vor dem einschlafen das nicht recht klappt oder dem aufwachen das ja eh nie klappen will, auf abstruse gedanken kommt. ich rede nicht von der REMSchlafphase. das ist kurz. was ich meine geht schon ne ganze zeit aber man schaut ja nicht auf die uhr sonst wär man ja wach. naja auf jeden fall hab ich öfters versucht in diese wahnsinnphase zu pendel, mit musik oder im rausch oder einfach so (manchmal vielleicht ein tütü). nun je nach musik sah ich oft was anderes berge und täler an denen ich im flug vorbeirausche oder so. das krassste was mir in dieser phase mal vorschwebte war, das ich meiner exfreundin die ich wirklich verzweifelt geliebt hab, die aber nicht mich deshalb machte sie schluss, ihr auf jeden fall den kopf abgehackt und sie in den hals gefickt hab. sorry so wars.  
bis denn.  
sei vorsichtig. bitte.

---

... - 7.7.2005 um 02:34

Da ich heute früh ins Bett will, kann ich eh´nicht soviel dazu schreiben.  
Also, meines wissens war ich schon einmal klinisch tot. das war wohl während einer OP, wo ich sowieso schon die ganze Zeit kurz vorm Abnippeln war.  
Ich würde nie, nie, niemals mehr so etwas freiwillig erleben wollen, @Dian. Ich bin mir auch bis heute nicht sicher, ob das ein Astralerlebnis war oder nicht. Ich spreche verdammt ungerne darüber (ist auch ein grund, warum ich meine Story nie zu Ende schreibe, weil das dann bald kommen müsste).  
Also, was ich mittlerweile sagen kann, ist daß es mir sehr, sehr dreckig ging. ich hatte ´ne Darmperforation und in meiner wahnvorstellung haben alle auf der Intensivstation versucht, mich umzubringen. Ich lag auf der Station so ungefähr an 40 Schläuchen, das weiß ich auch nur, weil mich ein freund besuchte und der mir später erzählte, daß er bei 40 aufgehört hätte zu zählen.  
Mein damaliger Exfreund hat mich da auch am Anfang besucht. Und der war wohl auch ziemlich verliebt in mich. Ich habe immer gedacht, daß ich noch ein bißchen um den kümmern müßte. Ich hab´auch immer gedacht, gut, daß es den gibt, an dem kann man sich festhalten, solange ich einen Sinn darin sehe und solange ich meine, ich müßte noch für irgendwen hier auf der Erde weiterleben, sterbe ich nicht so leicht.  
Denkste!  
Mein freund besuchte mich, sah mich da an den Schläuchen liegen und war völlig verzweifelt. Viel reden konnten wir nicht, ich hatte auch noch ´ne Langzeitbeatmung, das heißt ´n Luftröhrenschnitt, da durch die Darmperforation Darminhalt in die Bauchhöhle gelaufen war und mit ´ner Kanüle im Hals kannst Du nicht sprechen, weil ja dann keine Luft mehr an den Kehlkopf kommt.  
Mein Freund ging, ich bekam irgendwie mit, daß er verzweifelt war. Kurze Zeit später sah ich, daß er einige Etagen höher war und dort ein paar Packungen meiner Lieblingszigaretten auf den Tisch warf und dann aus dem Fenster sprang. Ich lag, wohlgemerkt unten in der Intensivstation bzw. war mittlerweile zur 5. oder 6. OP schon fertiggemacht. Bei der OP muß das dann auch passiert sein, daß ich kurzfristig jenseits von gut und Böse war (das habe ich dann aber auch erst erfahren, als ich meine eigene OP-Berichte viel, viel später mal lesen konnte). Zu ungefähr dieser Zeit, erfuhr ich auch, viel, viel später, versuchte meine Freund laut meinem jetzigen Lebenspartner hier in meinem zimmer ein paar hundert Meter weiter weg, aus dem Fenster zu springen, um sich das Leben zu nehmen.  
Ich begreife nicht ganz die Zusammenhänge, es können auch alles Wahnvorstellungen (hervorgerufen durch den chronischen Sauerstoffmangel, der ja auch das Gehirn betraf) oder Zufälle gewesen sein. Irgendein Zusammenhang bestand da. Ich weiß nicht, welcher und ich will das auch gar nicht wissen. es ist unlogisch, daß man so etwas auch nur erspüren kann. Es war ja auch nicht so, daß ich das in meinem Zimmer miterlebte, aber die handlungen waren nach Aussage meines heutigen lebensgefährten genau so, wie ich sie dort sah, wenn auch im krankenhaus und nicht im meinem Zimmer.  
Und als ich dort auf der Intensivstation lag (im übrigen 8 Wochen, wovon ich 4 Wochen geistig völlig desorientiert war), bin ich an vielen Orten gewesen, wo ich schon mal war und auch dort, wo ich noch nie war.  
Ich begütige mich heute damit, davon auszugehen, daß es alles irgendwelche Wahnvorstellungen waren, die mir zu sagen hatten und das ich das Verhalten von meinem Freund so gesehen habe, kann eben auch daran liegen, daß man sich kennt und das dann voraussehen kann, aber sicher bin ich mir seit den Erlebnissen nicht mehr.  
Mich macht das bis heute fertig. Ich les´den text jetzt auch nicht noch mal, eigentlich wollte ich früh raus. Sorry, insofern für die Tippfehler.

---

dian - 8.7.2005 um 00:35

Gestern, nach dem Erlebnis, fühlte ich mich irgendwie völlig befreit. Als ob irgendjemand schwere Last oder meine Sünden von mir genommen hätte.

Heute dagegen bin ich sehr verwirrt und fühle mich auch so.

Möglich, dass es schief gelaufen ist, weil ich nicht wirklich damit gerechnet habe, dass etwas passieren könnte. Ich hab es sicher gehofft, bin aber wohl tief im Inneren eher davon ausgegangen, dass ich halt wieder ne Stunde auf dem Fussboden liege und höchstens ein bisschen schläfrig davon werde...

als es dann auf einmal anfang, war ich mental nicht ausreichend darauf vorbereitet.

Puh...

Ich werde wohl mit dem nächsten Versuch noch etwas warten. Muss erst meine Gedanken neu ordnen...

auch weiss ich nicht, ob das gestrige Erlebnis eher im Sinne von einer Warnung zu verstehen war, dass ich noch nicht eintreten darf in die astrale Welt, oder ob es mir mutmachen soll, es weiterhin zu probieren.

Beides wäre denkbar, denn die Erfahrung war angenehm und unangenehm zugleich.

Und das, was ich bislang erlebt habe, war vermutlich nur ein kleiner Vorgeschmack auf das, was einen da draussen erwartet...

irgendwie relativiert das vieles. Ich meine, warum sich ein Leben lang Gedanken darüber zu machen, das System zu ändern, wenn dieses System doch so lächerlich unbedeutend und vergänglich ist, und es Millionen anderer Systeme und Gesellschaftsformen gibt, von denen ich nur nix weiss, weil sie sich auf anderen Ebene befinden.

Es ist ja nicht so, dass man bei Astralreisen nur aus seinem Körper raus und mal kurz rüber zum Nachbarn fliegen kann.

Glaubt man der Theorie, dann kann man auch ganz wo anders hin... in irgendwelche Dämonen-Sphären, auf andere Planeten und in völlig neue Dimensionen...

Ich weiss nicht, ob es meine Aufgabe ist, in der Richtung weiterzumachen. Eigentlich wäre ich schon völlig zufrieden, wenn beim nächsten Versuch ein vertrautes Wesen erscheint und mir ein paar der Fragen beantwortet, die ich habe.

Auf jedenfall hat sich eines in mir geändert:

Bisher habe ich nur vermutet und gehofft... seit gestern glaube ich.

Da draussen ist weitaus mehr, als wir uns vorstellen können. "Übersinnliche" Dinge existieren, denn das, was ich gestern gefühlt habe, war definitiv kein wissenschaftlich erklärbares Phänomen.

Mehr kann ich jetzt eigentlich nicht darüber sagen. Aber wenn sich etwas Neues ergeben sollte, gehört ihr natürlich zu den ersten, die davon erfahren.

---

algiz - 10.7.2005 um 01:49

du machst mir angst alter

---

... - 11.7.2005 um 00:28

@Dian:

Du solltest maöl die Meditationstechnik beschreiben, wie Du in den Zustand kommst, es kann auch alles eine Sauerstoffunterversorgung des Gehirns sein.

Ich weiß nicht, ob das so gesund ist, aber wenn Du Dich danach wohler fühlst, dann mach´es ruhig.

---

algiz - 11.7.2005 um 11:32

ich würd das nicht mal machen wenn....

naja egal

---

dian - 12.7.2005 um 11:33

@ Arne:

Sauerstoffmangel im Gehirn - das ist ja auch die schulmedizinische Erklärung dafür, dass Menschen kurz vor dem Tod einen Tunnel und irgendwelche Geister sehen...

Ich bin mir aber relativ sicher, dass ich ziemlich normal und regelmässig geatmet habe.

Wie auch immer... um wirklich sicher zu sein, muss ich natürlich erst ganz aus dem Körper raustreten und dann einige Experimente machen, die einwandfrei belegen können, dass ich das alles nicht nur träume. So lange mir das nicht gelingt, kann ich euren Zweifeln auch nichts wirklich entgegensetzen.

Aber nachdem ich es gestern wieder versucht habe und da fast garnix passiert ist, kann es auch gut sein, dass ich in einigen Monaten immer noch nicht über den einen Punkt hinausgekommen bin.

---

Soulmirror - 12.7.2005 um 11:48

hmm naja denk da so lala über das thema....

also mit aus dem körper austreten und dann in frühere leben von einem schlüpfen etc. glaubsch net dran ehrlich gesagt....

naja dian, ich hab bissl das gefühl, dass du da viel zu viel reininterpretierst.. als wär das verlassen des körpers so die absolute erfüllung im leben und eröffnet einem eine welt jenseits von unity, dummer gesellschaft, politikern die scheiße reden etc. aber naja die welt ist primär in deinem kopf...

wo ich bissl immer das gefühl hab mit so astralreisen, dass man sich einfach nur selbst unter drogen stellt bei sowas... wir wissen ja alle, dass die besten drogen der welt im gehirn schlummern und ich denk ma, dass man durchaus üben kann an einige "bei bedarf" ranzukommen...

naja das erinnert mich irgendwie an paar sachen die ich mal so erlebt/gelesen hatte hihi... einma hatte jemand in dem forum berichtet, dass er rausgefunden hat wieso er oft schlecht gelaunt war bzw niedergeschlagen, weil er mal in einem seiner früheren leben (als schüler im alten greece) seinem lehrer die füße lecken musste :12:

naja und einma hattsch nen mädel kennengelernt mit der ich mich halt auf anhieb sau gut verstanden hatte und wir ham dann auch direkt stunden gelabert und irgendwann wollte sie halt "hände auflegen" bei mir.. also ihre hände knapp über meinen und dann die schwingungen spürn etc. (das ist wohl ein thema wo ich schon eher "dran glaube" aber najo)... naja dann meinte sie, dass ich mal in einem früheren leben ein maya kriegler gewesen wär... mhm .. joa ☐

---

algiz - 12.7.2005 um 14:00

ich wär in meinem früheren leben ein almighurt von ehrmann.  
aber die große packung und zwar nicht irgendwas sondern kirsche...

---

dian - 13.7.2005 um 00:39

Probiert es doch einfach mal aus!

Ist fast so einfach wie onanieren, und ausser etwas Zeit kostet es nix.

Ihr müsst euch einfach hinlegen (am besten mit den Beinen in Richtung Süden, also den Kopf gen Norden... das soll angeblich hilfreich sein). Aber legt euch nicht hin mit der Absicht, einzuschlafen, sondern mit der Absicht, im Geiste wach zu bleiben und nur euren Körper schlafen zu schicken.

Denken könnt ihr dabei im Prinzip an was ihr wollt... aber wenn ihr an sowas wie den Sinn des Lebens, verstorbene Freunde oder eure frühere Existenz als Almighurt denkt, ist das sicher besser, als wenn ihr darüber grübelt, was ihr am Abend essen wollt.

Wichtig: Die Augen die ganze Zeit über geschlossen halten, und den Körper ausser zum Atmen nicht bewegen... denn der soll ja mal Pause machen.

Hin und wieder solltet ihr aber auf eure Umgebung achten. Hört ihr irgendwas Ungewöhnliches? Ist da ein Kribbeln in euren Händen, so, als ob sie eingeschlafen wären?

Falls ihr ein Kribbeln spürt, solltet ihr versuchen, es durch Willenskraft von den Händen in euren Kopf und dann in die Beine zu lenken.

Wenn ihr ein komisches Pfeifen oder einen leisen Brummtönen hört, konzentriert euch darauf und versucht, aus dem Geräusch in Gedanken ein Rauschen herauszufiltern.

Solltet ihr Sterne oder irgendwelche Lichtblitze vor euren geschlossenen Augen sehen, versucht, Details zu erkennen und euren Geist in diese Richtung zu bewegen.

Theoretisch kann euch dann, wenn ihr ca. 30 bis 60 Minuten so ausharrt, etwas Unheimliches widerfahren. Vielleicht hört ihr Stimmen, oder ein absolut unnatürliches Geräusch... vielleicht geht es euch wie mir und irgendwas Unsichtbares greift nach euch... auch möglich, dass ihr irgendeine Gestalt vor euch stehen seht... oder es passiert garnix, und ihr fühlt euch einfach nur ein wenig ausgeruht.

Ich habe dadurch jedenfalls schon nach ein paar Versuchen den Eindruck bekommen, dass da um mich herum irgendetwas ist, das ich nicht in Worte fassen kann und das nicht nach den Gesetzen der Naturwissenschaften funktioniert.

Ähm ja, ich bin aber da selber erst am Anfang und kann euch daher nix garantieren. Doch ich glaube irgendwie, ich

werde allmählich süchtig nach diesem Gefühl.

Ich bin im übrigen wirklich kein Freund der Esoterik, und glaube weder an Horoskope noch an Tarot oder Feng Shui. Aber seit ich mich mit dem Thema Astralreisen beschäftige, bin ich zumindest dazu geneigt, an Magie und unbekannte Dimensionen zu glauben.

Weitere Infos und ein Forum, wo Astralreisende und solche, die es versucht haben, ihre Erfahrungen schildern, findet ihr unter:

[www.astralreisen.net](http://www.astralreisen.net)

Ob die Leute dort Spinner oder glaubhaft sind, müsst ihr natürlich für euch selbst entscheiden. Nach dem, was ich selber bisher erlebt habe, tendiere ich aber dazu, den meisten Berichten dort zu glauben.

@ soulmirror:

Ich denke auch nicht, dass Astralreisen der Sinn des Lebens sind. Aber ich sehe eine mögliche Chance, durch sie etwas über den Sinn MEINES Lebens zu erfahren.

Dass man damit automatisch etwas in den Esoterik-Bereich gerät, in dem es zweifellos auch viele Scharlatane und psychisch gestörte Menschen gibt, ist ein Risiko, dass ich gerne eingehe.

Momentan langweilt mich dieses dreidimensionale Dasein eben etwas, da ich diese unsere Welt und unser System schon so lange analysiert habe... da kann ich mich nicht mehr grossartig weiterentwickeln. Und auf die Schriftstellerei hab ich so langsam auch keinen Bock mehr. Da käme mir eine neue Aufgabe als Erforscher unbekannter Welten natürlich gerade recht.

Dass es nur manifestiertes Wunschdenken ist, was mir da widerfahren ist, glaube ich aber irgendwie nicht... vor allem, weil ich ja, als ich mich hingelegt habe, eher skeptisch war und mich da wohl eher nicht psychisch in etwas hineingesteigert habe. Es kam vielmehr ganz plötzlich über mich, als ich gerade in Gedanken irgendwo ganz anders war...

---

... - 13.7.2005 um 02:58

Ohne Dich enttäuschen zu wollen, @Dian, aber das, was ich jetzt auf den Seiten gelesen habe, die ich auch schon vorher kannte, sind in erster Linie Übungen, die auch in der Psychotherapie verwendet werden, wenn Menschen bestimmte Probleme körperlicher Natur haben, die auf ihre Psyche auswirken.

Das funktioniert in der dort dargestellten Form, aber auch bei jeder Sache, wo Du Dich auf etwas konzentrierst, was normalerweise keine Konzentration erfordert wie z.B. Atmen. Sowas macht unser Körper automatisch, wenn Du jetzt dieses Atmen lenkst, bist Du mit Deinen Gedanken an einen anderen Punkt, und Dein Körper kann frei dem Nachgehen, was er will. Und natürlich auch Dein Unterbewußtsein.

Das ist ziemlich kompliziert zu erklären, aber es funktioniert. Ich habe das auch bei einem Therapeuten kennengelernt in einer Reha-Maßnahme, der die Methode tibetanischer Gebetsmönche anwandte. Ist in der Psychosomatik sehr zu empfehlen, es nennt sich Körpertherapie. Der Unterschied zu einem thearpeutischen Verfahren ist allerdings, daß Du logischerweise solche Sachen nicht in aller "Brutalität" alleine ohne Begleitung machen kannst. In der Gruppe, wo ich sie machte, war ein Mann, der anfang zu kotzen, 'ne andere heulte erst rum, 'ne dritte bekam 'n Pickel mit der Zeit auf der Nase nach zwei, drei Übungen. Alles Sachen, die mit Logik nur insoweit erklärbar sind, als das sie eben etwas unbewußtes ausdrücken, daß unser Körper gerade mit uns macht. und die eben normalerweise nie zum Ausdruck kommen bei relativ beherrschten, intelligenten Menschen. Mich haben die auch nur darein gepackt, weil sie meinten, für eine normale Gesprächstherapie wäre ich viel zu gut ausgebildet und würde jeden Versuch durchschauen, auf den der Therapeut hinaus will. Und da war diese Form schon ganz okay. da kannst nämlich nix bewußt beeinflussen. Versuch das mal unter dem Gesichtspunkt zu klären, ob da Dein Unterbewußtsein in irgendeiner Form mit Dir Kontakt aufnimmt. Ich habe mich bei den Sitzungen immer gewundert, daß alle Bilder sahen und ich nie so 'ne Erscheinung hatte. Erst in der letzten Sitzung fiel mir dann auf, daß ich bei manchen Sachen Musik hörte, das kommt hin, weil meine optische Intelligenz mit Sicherheit weniger ausgeprägt ist als meine akustische.

Ich würde Dir raten, @Dian, nicht weiter zu gehen, zumindest nicht ohne Begleitung. Es gibt da so 'nen Punkt, wo man ohne Mentor nicht mehr zurückfindet. Kann dann durchaus passieren, daß Du Dir die Seele (im wahrsten Sinne des Wortes) aus dem Leib kotzt oder am nächsten Tag voll verpickelt aufwachst, weil Du Deine Hormone in die Pubertät zurückgebracht hast. Ich hab mir daraufhin auch die entsprechenden Bücher zur integrativen Körpertherapie gekauft, weil ich das ja auch mal beruflich gebrauchen kann. Wir können gerne mal 'ne Übung alle zusammen machen beim Unity-Treffen. Da darfst du aber vorher nix saufen und nix kiffen.

@Soul:

Das mit der Reinkarnation ist wieder was völlig anderes. Das ist wohl wirklich ziemlicher Humbug. Wie sollen immer die selben Menschen wiedergeboren werden?

EWs gab mal 'n paar Millionen Menschen auf der Erde, und jetzt gibt's 'n paar Milliarden. Gibt's dann soviele seelenlose Wesen unter uns? Das kommt schon von der Logik her überhaupt nicht hin.

dian - 13.7.2005 um 12:05

Nun ja, nur weil diese Technik (was mir bisher neu war) auch für therapeutische Zwecke eingesetzt wird, ist das ja noch lange kein Beweis dafür, dass das mit den Astralreisen nur Hokuspokus ist.

Aber das mit den Hormonen musst du mir mal genauer erklären. Wie kann man denn durch seine Gedanken steuern, dass einem ein Pickel auf der Nase wächst? Könnten dann pickelgeplagte Teenies nicht auch den umgekehrten Schritt gehen und sich ihre Pickel einfach wegwünschen?

Also für mich hört sich das, was du schilderst, jedenfalls eher danach an, dass die Therapeuten sich da bestimmter Kräfte bedienen, die sie aber wissenschaftlich selber nicht so recht erklären können...

Was die Wiedergeburten angeht:

Da ist deine Logik etwas zu sehr auf diese Welt und die Spezies Mensch beschränkt. Es dürfte ja eher so sein, dass man auch als Tier wiedergeboren werden kann, oder dass man in einer ganz anderen Welt wiedergeboren wird, die wir heute noch gar nicht kennen. Von daher halte ich deine Rechnung, dass es früher weniger Menschen gab und heute mehr und es deshalb gar nicht hinhalten kann, für etwas zu einfach gedacht.

Und was die Menschen ohne Seele angeht.... naja, was soll ich sagen, die sehe ich jeden Tag im Fernsehen, wie sie sich über den Dax oder die Mehrwertsteuererhöhung unterhalten... :D

---

Zelder - 13.7.2005 um 13:21

Was das Problem mit den vielen Menschen bei dem Reinkarnationsgedanken angeht, könnte ich mir vorstellen man früher einfach seltener reinkarniert ist, also vllt einmal pro 300 Jahren. Aber ist natürlich auch nur ein Erklärungsversuch...

Ich würde Dian empfehlen weiterzumachen. Ich habe da auch ein paar Erfahrungen gesammelt, habe jetzt aber gerade keine Zeit darüber zu schreiben. Bei Interesse vllt. später

---

Killing Joke - 13.7.2005 um 20:12

Ich denke schon, dass man durch eingängige Vorbereitung und Konzentration etwas erreichen kann. Hatte vor ein paar Tagen selber mal was versucht und erlebte ein äußerst seltsames Gefühl. Aber ich brach dann ab, da mir das zu unheimlich wurde. Und ich war definitiv nicht im Schlaf. Und dazu hatte ich auch mal eine Begegnung mit einem Schattenwesen, das mir sogar die Decke wegziehen wollte und mich am Nacken berührte. Ohne Witz, das war scheiße unheimlich, aber trotzdem nicht gefährlich, da das Ding sofort verschwand, als ich mich danach umdrehte. Ich weiß schon, warum ich als Kind lange Zeit nur unter Licht einschlafen konnte/wollte.

---

... - 14.7.2005 um 00:28

Okay, @KillingJoke! Da haben wir das mit dem Unterbewußten und vielleicht i.d.R. verdrängtem, die Angst vor der Dunkelheit als Kind, die dann wieder hervorkam. Aber um herauszufinden, wovor Du diese Angst hattest, müßtest Du schon weitermachen, und das würde ich eben nur unter Aufsicht machen, wenn irgendwer dabei ist. Du weißt ja nicht, was Dich dann erwartet.

@Pickel:

Tja, das mit den Pickel ist so ´ne Sache. Erstmal ist Dermatitis eine Psychosomatose. Wer also Hautprobleme hat, hat mit Sicherheit auch irgendwelche psychischen Ursachen dafür. Und bei Pickel ist das eben auch noch die hormonelle Sache.

Wenn Teenager in der Pubertät Pickel bekommen, ist das ja erstmal eine ganz normale altersmäßige Entwicklung. Sie werden eben geschlechtsreif. Da kannste in der Pubertät nur was gegen unternehmen, wenn Du auch die Geschlechtsreife verzögern willst. Das macht man auch bei Menschen, die schon als Kind transsexuell sind, damit die erst gar keine Brüste oder keinen ausgeprägten Schwanz bekommen. Das wird aber rein medikamentös gemacht. Wie das genau funktioniert, das man bei solchen Körpertherapien auch pickel bekommen kann, weiß ich auch nicht hundertprozentig. Aber mal ein Beispiel, was mit damals, als ich in Stetten gearbeitet habe, aufgefallen war. Da war ein Bewohner, ca. Mitte 30, stark autistisch und ich mochte den einfach. Wegen seines Autismusses (er hatte auch keine Sprache und war weißgott nicht der klügste) war er aber in der Gruppe ziemlich wenig beliebt. Auch bei den Erziehern. Der wurde morhgend kurz unter die Dusche gestellt und abgewaschen, danach angezogen und damit basta. Das reichte denen dort als Körperpflege aus. So, wie gesagt, ich mochte den Kleinen gut leiden und hab´dann angefangen, den zu baden. Jeden Morgen. Und irgendwann hat der dann mal angefangen, dabei zu onannieren. Ds durfte der bei mir auch. Bei den anderen wohl nicht, die Protestanten da unten bei Euch sind ja schlimmer als die Katholiken in Rom. So, also derfing an, sich für seine Sexualität zu interessieren. Inwieweit das auch noch was damit zu tun hatte, daß der

das vielleicht damit assoziierte, daß er das bei mir darf und wir beide uns eh´gut abkonnten, weiß ich nicht, allerdings bekam der auf einmal Pickel. Der war ganz einfach durch Hervorrufen seiner schlummernden Sexualität, die bislang unterdrückt wurde durch die Kirchenfritzen da, wieder in seiner Pubertät angelangt und konnte das richtig mal genießen (was er auch morgens in der Badewanne ausführlich tat. War für mich recht praktisch, in der Zeit konnte ich nämlich einen anderen Bewohner anziehen und waschen, rasieren etc.).

Ich weiß jetzt nicht, welche Probleme die Frau hatte, die in der Therapiegruppe in der Reha auf einmal Pickel bekam, aber das könnte bei der auch was mit der Pubertät oder mit Sexualität zu tun haben. Se sagte immer nur, wenn wir uns privat unterhielten, daß sie es toll findetn, wie andere über ihre Probleme reden könnten, sie könne das gar nicht. Ich denke schon, daß man durch solche technien auch etwas aus seinem Unterbewußtsein rauskitzeln kann, was man bewußt nicht erkennt. Der Körper kann dann frei reagieren und wird nicht durch bewußtes Handeln unterdrückt. Das ist bei allen Psychosomatosen wichtig, damit sich der richtige Leidensdruck entlädt und nicht wieder an einer falschen Stelle, wie bei Bluthochdruck oder anderen psychisch bedingten Krankheiten, die ja auch zum Herzinfarkt oder ähnliches führen können.

Die Methodik, mit der der Körper das macht, ist allerdings auch den Therapeuten nur bedingt bekannt. D.h., @Dian, daß es durchaus sein kann, daß wir da auch etwas abrufen, was wirklich aus einer anderen Ebene stammt, die mit naturwissenschaftlichen Mitteln nicht unbedingt erklärbar ist. Die Krankenkassen bezahlen so ´ne Therapie auch nur, wenn es noch in einer Gesprächstherapie weiter geht, weil sie eben auch nicht wissen, was es ist. Die wissen, daß es hilft, aber die Grundlage ist nunmal unbekannt. Und was nict aus der berühmten Schulmedizin kommt, wird nicht bezahlt. Kann natürlich sein, @Dian, wenn Du nur ein ausgesetzter Alien bist, daß Du bei der Methode nicht nur ´ne Astralreise machst, sondern auf einmal Deine alte Heimat wiederer kennst Kann sein. Aber ich habe dabei selten Menschen getroffen, die bei der Therapie das erlebt haben, was sie erwartet haben. Wie gesagt, für alle Notfälle, würde ich an Eurer Stelle, @Dian und @Killing Joke, ruhig mal intensiver angehen. wenn es Euch aber unheimlich wird, wie es ja wohl schon bei Euch beiden der Fall war, dann laßt den anderen lieber dabei sein und macht das nacheinander. Man kann sich auch einfach besser fallen lassen, wenn man weiß, daß da noch jemand ist, der einen u.U. auffängt. Und Loslösung ist ja so oder so das Ziel.

---

vino - 27.8.2005 um 22:42

Zitat

*Original von dian*

Aber seit ich mich mit dem Thema Astralreisen beschäftige, bin ich zumindest dazu geneigt, an Magie und unbekannte Dimensionen zu glauben.

Magie funktioniert auch, egal ob du daran glaubst oder nicht. Ein Tip von mir zum astralen austreten, versuch mal mental zu wandern und dabei einen Sinn nach dem anderen abzuspalten und in dein mentales Ich zu übertragen, versuch dann ganz dort zu sein.

Ein weiterer Tip: Versuch langsam größer zu werden, bis du das gesamte Zimmer ausfüllst, danach schrumpfe auf Atomgröße. Ganz langsam.

Das am besten alles mit deiner bisherigen Methode verbinden. Vielleicht hilfts ja weiter. ^^

---

Tzakahra - 12.12.2006 um 22:05

@ dian

Ich weiß ja nicht ob das Thema bei dir noch aktuell bist. Falls ja, dann hätt ich hier noch zwei Bücher dazu rumfliegen:

R.A. Monroe - Über die Schwelle des Irdischen hinaus

Robert Peterson - Praxis der außerkörperlichen Erfahrung

Falls du oder jemand anderes Interesse haben wär ich bereit die Bücher zu verschicken (verstauben hier sowieso nur).

Jedenfalls hab ich auch eine Zeit lang ausgiebig geübt. Es gab eigentlich nur ein 'größeres' Erlebnis, welches aber auch ein Traum gewesen sein könnte, ansonsten dachte ich nur ein paar Mal, dass ich irgendwie in meinem Körper drin liege (mit nem anderen Körper). Jedenfalls sagte irgendwann mal jemand, dass es sich bei dieser Outer Body Experience ja auch um eine Inner Body Eyperience handeln könnte, also eine Entdeckungsreise ins Unterbewusste (wie arne das ja anspricht). Zur Zeit entspanne ich mich abends beim Einschlafen mit Musik und versuche mich komplett darin zu verlieren. Ich betrachte darin jedoch keinen Weg zu irgendwelchen Astralebenen, ich sehe es eher als eine Art

Meditation und versuche nicht mehr aus meinem Körper zu gelangen, sondern eins zu werden mit meiner Wahrnehmung.

Ok, vielleicht zu meinem Erlebnis:

Ich machte meine Astralübung, d.h. Körper entspannen, etwas vor dem inneren Auge visualisieren und einfach darauf fokussieren. Jedenfalls erschienen plötzlich zwei fluoreszierende Ringgebilde vor dem schwarzen Hintergrund, den man mit geschlossenen Augen sieht. In der Mitte dieser Ringgebilde erkannte ich einen kleinen Punkt. Dieser wurde beständig größer und ich fühlte, dass ich durchs All fliege. Ich erkannte den Punkt als die Erde, doch statt dort zu landen flog ich, die Atmosphäre durchdringend (ich fühlte Eintritt und Wiederaustritt) an der Erde vorbei. Plötzlich war ich in einem schwarzen Raum. Ich schaute mich um und bemerkte ein blaues Wesen an einer 3-D-Universumskarte. Meine Angst vor Ausserirdischen war seltsamerweise nicht da und ich spürte, dass ich dem Wesen vertrauen konnte. Außer ihm konnte ich weitere Personen spüren, die ich allerdings nicht sehen konnte. Das Wesen zeigte mit seiner Hand bzw. seinem Finger auf einen Punkt auf der Karte, doch als ich näher hinsehen wollte, war alles vorbei und ich lag mit geschlossenen Augen in meinem Bett.

Seitdem interessiere ich mich für Träume und schreibe sie auf um meine Traumerinnerung zu verbessern. Das Thema Astralreisen wurde uninteressant, da mir einige Theorien nicht zusagten (z.b. etwas über Lichtwesen, Helfer, Astralkörper und Astralwelten) und ich keine Erfolge hatte.

---

dian - 13.12.2006 um 12:11

@ Tzakahra:

Die mangelnde Versorgung mit Literatur ist nicht mein Problem.

Mein Problem ist eher, dass die in diesen Büchern immer so tun, als ob das alles ganz einfach wäre und man nur ein paar Tage hintereinander brav seine Übungen machen muss, um automatisch mal eben so beim Mittagsschläfchen zum Erfolg zu kommen.

So einfach ist das aber meines Erachtens überhaupt nicht... denn wenn es wirklich so einfach wäre, seinen Körper bewusst zu verlassen, dann hätten wir längst einige Millionen Astralreisende und nicht nur ein paar wenige.

Dein Erlebnis hört sich ja sehr beeindruckend an. (Da hätte ich an deiner Stelle dran weitergearbeitet, wenn ich mal sowas erlebt hätte...)

Aber natürlich ist die große Frage, in wie weit das tatsächlich ein außerkörperliches Erlebnis war.

Wenn man sich vor dem Einschlafen fest vornimmt, seinen Körper verlassen zu wollen, kann es ja durchaus sein, dass man im Schlaf dann einfach nur von so einer außerkörperlichen Erfahrung träumt.

hmm... und Geistwesen, Helfer, etc... ich weiß, da hört sich manches schon sehr abstrus an, was Astralreisende so von ihren Erfahrungen berichten...

aber erst neulich hatte ich auch wieder das Gefühl, nicht alleine in meinem Zimmer zu sein. Da war irgendein unsichtbares Etwas, das mich beobachtet hat. Dann habe ich ein lautes Atmen neben mir gehört... und bin dann logischerweise aufgeschreckt, und dann war der Spuk auch schon wieder vorbei.

Ein normaler Traum war das jedenfalls nicht. Irgendwas ist da draußen. Also rein vom Gefühl her bin ich nach wie vor der Meinung, dass Astralreisen möglich sind.

Aber was ich mir schon überlegt habe: vielleicht muss man erst völlig mit sich und seiner Umwelt im Reinen sein. Vielleicht muss man erst so ne buddhistische Einstellung bekommen, dass man alle Mitmenschen versteht und für niemanden mehr Hass oder Verachtung empfindet... sonst könnte man ja beispielsweise auf die Idee kommen, im Zustand der Außerkörperlichkeit Günther Beckstein zu besuchen und ihm irgendeine schlimme Krankheit einzupflanzen oder sowas in der Art. (ich meine, wenn im astralen Zustand angeblich Heilungen möglich sein sollen, müsste doch rein von der Logik her auch die Umkehrung funktionieren...)

---

Tzakahra - 13.12.2006 um 19:58

*Hm, soweit ich das noch weiß sind beide Bücher eigentlich nicht so verführerisch. Hab gerade mal nachgeschaut. Peterson schreibt z.b. von diesem Problem des Festklebens am Körper, welches du ja anscheinend schon mal hattest. Naja, falls du es dir anders überlegen solltest, ich werd die Bücher sicher noch ne Weile haben...*

*Hast du schon von luziden Träumen gehört? Die lassen sich mWn noch schwerer von Astralreisen unterscheiden als normale Träume, da man bei luziden Träumen bewusst träumt. D.h. man kann den Traum steuern (aktiv eingreifen). Dies ist mir bisher zwei mal gelungen und mMn auch eine interessante Sache. Du merkst dabei während dem Traum, dass du träumst, wachst aber nicht auf. Bei den Wesen fiel mir gerade ein, dass ich ja mal was über Archetypen las.*

*Wobei ich allerdings sehr wenig davon auch verstand. Jedenfalls könnte es sein, dass du einen dieser Archetypen triffst. Passiert mWn normalerweise in Träumen, doch es könnte ja sein, dass solche Begegnungen mit Archetypen verwechselt werden mit Helfern und Geistwesen. Man spricht also vielleicht nicht mit Geistern oder Ausserirdischen, sondern verdrängten Persönlichkeitsteilen. Naja, im Prinzip ist es ja egal, ob du diese Erfahrungen als Reisen nach außen oder innen betrachtest. Mir war aber dieses einseitige Betrachtung in vielen Büchern einfach zu einseitig.*

Zitat

*Vielleicht muss man erst so ne buddhistische Einstellung bekommen, dass man alle Mitmenschen versteht und für niemanden mehr Hass oder Verachtung empfindet... sonst könnte man ja beispielsweise auf die Idee kommen, im Zustand der Außerkörperlichkeit Günther Beckstein zu besuchen und ihm irgendeine schlimme Krankheit einzupflanzen oder sowas in der Art. (ich meine, wenn im astralen Zustand angeblich Heilungen möglich sein sollen, müsste doch rein von der Logik her auch die Umkehrung funktionieren...)*

*Also Robert A. Monroe war vor seinem ersten Astralerlebnis ein Geschäftsmann. Er schreibt:*

Zitat

*[I]Robert Monroe schrieb:*

*Ich hielt mich damals für einigermaßen gesund und war mir keiner größeren Probleme oder Streßbelastungen bewusst. Ich war voll ausgelastet: Mir gehörten mehrere Radiosender und andere Firmen, ich hatte Büroräume auf der Madison Avenue in New York, ein Haus im Bezirk Westchester und, nicht zu vergesse, eine Frau und zwei kleine Kinder. Ich nahm weder Medikamente noch Drogen und trank nur sehr wenig Alkohol. Weder fühlte ich mich einer bestimmten Religion verbunden, noch befaßte ich mich mit Philosophie oder östlichen Disziplinen. Ich war vollkommen unvorbereitet auf solch radikale Veränderungen.*

*Später gründete er dann das [Monroeinstitute](#). Klingt also nicht danach als ob man überhaupt irgendwelche Voraussetzungen mitbringen muss, denn ihm passierten diese Erfahrungen einfach so.*

*Die Idee mit Beckstein ist übrigens garnicht mal so übel. :D*

*[edit]@ pantheist*

*Thx, wirklich ein interessanter Thread.[/edit]*

---

*Hansi - 13.12.2006 um 20:48*

*[QUOTE]Hast du schon von luziden Träumen gehört? Die lassen sich mWn noch schwerer von Astralreisen unterscheiden als normale Träume, da man bei luziden Träumen bewusst träumt. D.h. man kann den Traum steuern (aktiv eingreifen). Dies ist mir bisher zwei mal gelungen und mMn auch eine interessante Sache. Du merkst dabei während dem Traum, dass du träumst, wachst aber nicht auf. Bei den Wesen fiel mir gerade ein, dass ich ja mal was über Archetypen las. Wobei ich allerdings sehr wenig davon auch verstand. Jedenfalls könnte es sein, dass du einen dieser Archetypen triffst. Passiert mWn normalerweise in Träumen, doch es könnte ja sein, dass solche Begegnungen mit Archetypen verwechselt werden mit Helfern und Geistwesen. Man spricht also vielleicht nicht mit Geistern oder Ausserirdischen, sondern verdrängten Persönlichkeitsteilen. Naja, im Prinzip ist es ja egal, ob du diese Erfahrungen als Reisen nach außen oder innen betrachtest. Mir war aber dieses einseitige Betrachtung in vielen Büchern einfach zu einseitig.[/QUOTE]*

*guck ma die forenseiten durch, irgendwo existiert n thread zu dem thema luzide träume.*

---

*dian - 14.12.2006 um 02:14*

*Ja, mit luziden Träumen habe ich mich auch schon beschäftigt. Allerdings habe ich das recht schnell wieder aufgegeben, weil es mir irgendwie zu stressig erscheint, ein Traumtagebuch zu führen oder sowas in der Art. Ok, ist zwar sicher*

witzig, seine Träume selbst zu bestimmen, aber die Aussicht, ganz real aus meinem Körper zu treten und durch das reale Universum zu reisen, reizt mich dann doch irgendwie mehr... dafür wende ich dann gerne etwas mehr Energie auf, als "nur" für einen luziden Traum.

Die Frage ist halt: Sind luzide Träume in gewisser Weise ein Sprungbrett, das man zum Astralreisen nutzen kann, oder sind die ganzen Erfahrungen von Astralreisenden nur luzide Träume gewesen?

Möglich ist sicherlich beides. Und wirklich sicher sein kann man sich da wohl erst, wenn man sich im körperlosen Zustand beispielsweise die Nachbarswohnung anschaut, in der man bisher noch nie gewesen ist, und dann später ganz real hingehet und kontrolliert, ob es dort tatsächlich so aussieht.

Wenn mir sowas mal wiederfahren würde, wäre ich wohl überzeugt. Aber bis es soweit ist bleibe ich natürlich skeptisch und schließe mal von vorneherein garnichts aus.

*Zitat*

Später gründete er dann das Monroeinstitute. Klingt also nicht danach als ob man überhaupt irgendwelche Voraussetzungen mitbringen muss, denn ihm passierten diese Erfahrungen einfach so.

Ich denke mal, dass das einfach Menschen sind, die eben eine gewisse Begabung mit auf den Weg bekommen haben... und diese Begabung kommt dann irgendwann im Lauf des Lebens zum Vorschein..

Sonderlich medial begabt bin ich vermutlich nicht. (ist mir jedenfalls bisher noch nix davon aufgefallen) Und die Frage ist, in wie weit man auch ohne eine solche Begabung zum Ziel kommen kann. Naja, andererseits müsste ich eigentlich fast ideal dafür geeignet sein..

Ich habe Zeit, ich habe Abstand zu mir selbst und zu meinem Leben, ich halte das ganze körperliche Universum je nach Stimmungslage entweder für einen schlechten Witz, für eine Illusion oder ein hängengebliebenes Computerspiel... jedenfalls nichts, woran ich mich besonders klammern wollte.. ich bin offen für neue Erfahrungen, ich verfüge über Fantasie, ich bin meiner Zeit weit voraus...

verdammt, wann kommt endlich der heilige Geist herunter und fickt mit mir??

:D

---

Ina - 14.12.2006 um 14:22

*Zitat*

ich halte das ganze körperliche Universum je nach Stimmungslage entweder für einen schlechten Witz, für eine Illusion oder ein hängengebliebenes Computerspiel..

und warum glaubst du, dass das, was wir die "geistige Welt" nennen, realer ist?

---

dian - 15.12.2006 um 02:11

*Zitat*

und warum glaubst du, dass das, was wir die "geistige Welt" nennen, realer ist?

"real" ist doch irgendwie alles. Es hängt nur von der Ebene ab, auf der sich der jeweilige Betrachter gerade befindet.

Für Sonic ist Dr.Robotnik real.. denn wenn ihn Dr.Robotniks Laserstrahl trifft, dann verliert Sonic all seine mühevoll gesammelten Ringe.

Für uns ist die jetzige Welt real, weil wir eben in ihr leben. Und wenn wir darüber hinauswachsen, wird etwas völlig anderes für uns real sein, und die jetzige Welt erscheint uns so lächerlich harmlos und unreal wie ein altes Mega Drive-Spiel.

Ich glaube, ich stecke derzeit ein bisschen zwischen den Ebenen fest... bin ein Drittel Gott, ein Drittel Mensch, und ein Drittel blauer Igel.

Zeit, dass sich was dreht.

(oops, das ist hier ja gar nicht der Drogen-Thread, merk ich gerade. Naja, auch egal. Irgendwas von dem, was ich oben geschrieben habe, wird schon von irgendjemandem falsch oder richtig fehlinterpretiert werden.)

---

Ina - 15.12.2006 um 06:13

"real ist doch irgendwie alles" = "real ist doch irgendwie gar nix"...

Erleuchtungen könnten dazu da sein, dass der Erleuchtete nimmer weiterfragt, weil er meint, nun sei ja alles klar, per "unmittelbarem, überwältigendem Erleben". Man träumt, dass man aufwacht - kleiner Trick vom Universum, um auch die Besten zuverlässig zu verarschen.

Insofern sei froh, wenn dich der heilige Geist NICHT ficken kommt und dein Hirn ein für alle Mal auf irgendwas konditioniert - wenn die Zweifel aufhören, haben sie uns :D

---

HellRÆZØR - 16.12.2006 um 00:04

...jaja die Erleuchteten, die dann so Sprüche klopfen wie:  
"Gott vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun" ^^

---

Syd - 27.12.2006 um 18:58

"Möglich ist sicherlich beides. Und wirklich sicher sein kann man sich da wohl erst, wenn man sich im körperlosen Zustand beispielsweise die Nachbarswohnung anschaut, in der man bisher noch nie gewesen ist, und dann später ganz real hingeht und kontrolliert, ob es dort tatsächlich so aussieht.

Wenn mir sowas mal wiederfahren würde, wäre ich wohl überzeugt. Aber bis es soweit ist bleibe ich natürlich skeptisch und schließe mal von vorneherein garnichts aus."

Ich wäre auch dann, wenn du meinst, dass es dort so aussah, skeptisch:

Ich hatte, als ich 8/9 Jahre alt war, einst einen Traum, indem ich wüst mit drei-vier mir unbekannten anderen Leuten vor irgendetwas davonlief. Es war in einer fast leergefegten Stadt - ich schaute mir stets die Straßenschilder an und prägte sie mir ein. Später wurde ich dann von irgendeiner Dinglichkeit im Traum "vernichtet" und wachte auf - die Straßennamen waren jedoch noch parat, also schrieb ich sie auf und recherchierte spaßeshalber.. Die, an welche ich mich entsinnen konnte, waren tatsächlich existent - in München.. - wo ich vorher nie war. Es ist jedoch gut möglich, dass ich das peripher mal irgendwo wahrgenommen habe und das dann träumte, doch irgendwie wird mir mulmig, wenn ich näher drüber nachdenke.

...Dies war aber, wie gesagt, ein "regulärer" Traum. Eine eingefädelte Astralreise durfte ich einmal erleben - es war zum Zwecke der Therapie meiner manischen Depression: ich wollte mich fühlen lernen, mich erkunden - machte buddhistische Atemübungen (bei denen man versuchte länger gar nichts zu denken) und ähnliches Zeug. Irgendwann beschloss ich dann mal es auszureizen. Wie?, überlegte ich mir und dachte, dass ich über große Ängste womöglich Zugriff auf mein Unterbewusstsein erlangen, zumal auf diesem Wege vermutlich eine Tür zu demselben geöffnet wird - dem war vermutlich auch so. Ich begab mich gegen drei Uhr nachts in einen naheliegenden Wald, marschierte durch die dunkelsten Gefilde und inmitten des Waldes legte ich mich in die Mitte einer fußballfeldgroßen Wiese, schloss die Augen, versuchte in mich zu gehen. (Die Angst war wirklich groß!) Es dauerte nicht sehr lange und ich war "weg". Die Wiese drehte sich für mich um 90 Grad und ich fiel aus meinem Körper heraus, auf dem Weg nach unten ins Endlose. "Ich muss fliegen", nahm ich dort an und verwandelte mich in einen Adler \*g. In der Gestalt desselben überquerte ich dann die Welt, Kontinente - eben aus der Adlerperspektive. Die Erinnerungen an das, was folgte, sind nur noch sehr sehr trüb.. Jedenfalls lag ich mehrere Stunden dort und kam erst zu mir, als es wieder hell war..

---

Xoc - 31.12.2006 um 06:18

Es gibt Gehirnteile für die Körperposition und so Zeug, das lässt sich wie alle anderen Gehirnteile auch beeinflussen. Dinge, die man eigentlich nicht wissen kann, kann man intuitiv wissen oder sich im Nachhinein eine Erinnerung konstruieren.

Die meisten Sachen, die wir meinen zu erinnern, erinnern wir nicht wirklich, sondern konstruieren sie unbewusst während wir uns erinnern, insbesondere die Details. Wirklich gemerkt haben wir uns nur ein paar Rahmendaten. Das klappt sogar erstaunlich gut, weil die "Annahme" unseres Gehirns, dass es so gewesen ist, wie es für gewöhnlich ist oder Sinn macht, stimmt oft, weil wäre etwas aussergewöhnlich gewesen, hätten wir uns das wahrscheinlich explizit gemerkt.

Auf jeden Fall ist das Gehirn äusserst talentiert darin irgendwelche Lücken zu schliessen ohne das wir das bewusst mitbekommen.

Man denke da nur an den blinden Fleck, an dem wir trotzdem meinen zu sehen, obwohl dieser Bildausschnitt frei erfunden ist. Und meistens liegt das Gehirn mit der Erfindung erstaunlich richtig, man muss schon extra Bilder angucken die dafür konstruiert sind den blinden Fleck zu erkennen, damit das Gehirn etwas Falsches an der Stelle erfindet.

Xoc

---

... - 7.1.2007 um 03:33

Also, mir fällt auf, dass ihr sehr viel fühlt bei Euren Astralreisen und sonstigen Wahrnehmungen.  
Dazu gehört z.B., @Tzakahra, dass Du fühlst, wie Du durch All schwebst, wie Du die Erdatmosphäre verlässt etc.

Wie fühlt sich das denn an???

Ich persönlich bin meines Wissens noch nie durchs All geflogen und wüsste jetzt auch nicht unbedingt, wie sich das Verlassen der Erdatmosphäre anfühlt.

Dass es wahrscheinlich sehr heiß ist, wenn man wieder eintritt, kann ich mir denken, aber wie sich das anfühlt, wenn man verglüht, habe ich bislang auch noch nicht erlebt.

Wenn Du das gefühlt hast, müsstest Du ja Erfahrungen haben, wie sich das alles anfühlt.

Ich persönlich glaube auch eher an die Erklärungen von @Xoc, auch, wenn sie leider auf den ersten Blick sehr wenig Spielraum für Phantasie lassen.

Ich bin mir sicher, dass Astralreisen am besten funzen, wenn man eine gehörige Ladung bewusstseinserweiternde Drogen, evtl. noch besser, weil zielgerichteter einsetzbar, Psychopharmaka, zu sich nimmt, und dann für eine ordentliche Sauerstoffunterversorgung im Gehirn sorgt. (Hyperventilieren z.B., @Dian, dann nimmt man irgendwann sein Atmen nicht mehr als das eigene wahr. Atmen gehört zu den Punkten, die man automatisch macht. Sobald man versucht, dies nach bestimmten Regeln durchzuführen, werden einem immer bestimmte Punkte bewusst, die man vorher gar nicht wahrnehmen konnte. Tibetanische Gebetsmönche haben diesbezüglich sehr gute Körpertherapien entwickelt.)

Das Problem, dass Du da ansprichst, @Xoc, hat aber auch Auswirkungen darauf, dass Astralreisen z.B. gar nicht unrealistisch deshalb sein müssen, nur weil wir sie evtl. nicht völlig wahr erleben, da wir selber unsere Vergangenheit schreiben, weil wir immer unser Gehirn die Realität nach unseren Vorstellungen zusammensetzen lassen. Insofern stimmt das schon, @Maria, mit dem Fehlen von der Unterscheidungsmöglichkeit von Wahrheit und Traum.

Allerdings gibt es auch Beispiele dafür, dass Menschen, denen so etwas häufiger passiert, früher an Alzheimer erkranken.

---

Tzakahra - 7.1.2007 um 04:03

Zitat

Original von Arne Kroger

Also, mir fällt auf, dass ihr sehr viel fühlt bei Euren Astralreisen und sonstigen Wahrnehmungen.

Dazu gehört z.B., @Tzakahra, dass Du fühlst, wie Du durch All schwebst, wie Du die Erdatmosphäre verlässt etc.

....

Wie fühlt sich das denn an???

....

Wenn Du das gefühlt hast, müsstest Du ja Erfahrungen haben, wie sich das alles anfühlt.

Hach ja die Sprache und ihre Ungenauigkeit. Anders kann ich es halt nicht ausdrücken. Ich sehe/fühle etwas und ordne es ein. Besser noch: Ich nehme wahr und ordne ein. Z.b.: Es geschieht etwas im Traum, ich verarbeite meine Wahrnehmung und mein Gehirn katalogisiert es als: "Eintreten in die Erdatmosphäre." Anschliessend beschreibe ich das dann mit den Worten: "Ich fühlte den Eintritt." Leider sehr unpräzise ausgedrückt ich weiß, vllt. einfacher: "Ich nahm den Eintritt in die Atmosphäre wahr." Länger gesagt: Das was ich im Traum 'sah' und 'fühlte' und 'dachte' machte auf mich den Eindruck eines Eintretens in die Erdatmosphäre. Klar, ich hab sowas nie getan und wenn ich es außerhalb des Traums tun würde, würde es sich sicherlich auch anders anfühlen. Und dumme Antwort auf die Frage wie es sich anfühlt: Es fühlt sich so an, wie es sich halt in dem Moment anfühlte, war ja schliesslich mein erstes Mal.

Ok ein Beispiel zur Verdeutlichung des Unterschieds zwischen Traumwahrnehmung und der 'normalen' Wahrnehmung: Im Traum begegne ich z.b. der Personen A, die aber ganz anders aussieht als in der Wachwelt und trotzdem nimmt mein Gehirn sie so wahr, dass ich sie unter Person A erinnere und in mein Traumtagebuch schreibe: Träumte heute von Treffen mit Person A. Anders zu sprechen ist mir einfach zu kompliziert. Z.b. könnte ich ja dich im Traum treffen und würde dir dann auch schreiben, dass ich dich im Traum getroffen hab obwohl es keine persönliche Erfahrung gibt mit der ich das vergleichen könnte. Sry, ich neige dazu komplizierte Sachverhalte noch zu verkomplizieren...

... - 7.1.2007 um 21:44

*Ich wollte damit nur aussagen, dass man, wenn man sich nur auf Gefühle verlässt und nicht auch ganz klar andere sinnliche Wahrnehmungen hat, wie die Optik oder Akustik, das auch schlecht als Realität zu bezeichnen ist.*

*Bei den ganzen psychotropen Substanzen, die Wahnvorstellungen auslösen, kann man nämlich normalerweise alle Sinne wahrnehmen.*

---