



Leseprobe

Helané Wahbeh

Das große Buch vom Channeln

Die Verbindung zur Geistigen Welt - warum sie existiert und wie wir sie nutzen können

»Eine unverzichtbare Einführung, wie unser Bewusstsein Zeit und Raum transzendieren kann.« *Deepak Chopra*

Bestellen Sie mit einem Klick für 22,00 €



Seiten: 304

Erscheinungstermin: 31. August 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

»Channeln« bezeichnet die Fähigkeit, auf medialem Weg Botschaften von Wesenheiten aus der Geistigen Welt zu empfangen. Was steckt wirklich hinter diesem geheimnisvollen Phänomen? Sind gechannelte Botschaften tatsächlich real? Und wie können wir diese Gabe in uns entdecken und ausbilden?

Helané Wahbeh ist Wissenschaftlerin und renommiertes Channel-Medium. In einer brillanten Verbindung von moderner Forschung und spiritueller Erfahrung führt sie ihre Leser*innen durch die Welt der übersinnlichen Wahrnehmung. Mit klarer Anleitung und praktischen Übungen motiviert sie dazu, die Kraft des Channels zu entdecken, gezielt zu schulen und dadurch dem eigenen Leben ungeahnten Reichtum und Tiefe zu verleihen. Für alle, die sich mit der Energie der Geistigen Welt verbinden und Rat und Hilfe aus höheren Dimensionen erhalten wollen.



Autor

Helané Wahbeh

Helané Wahbeh stammt aus einer Familie, in der das Channeln – die mediale Übermittlung von Botschaften aus geistigen Welten – zum täglichen Leben gehörte und von allen Familienmitgliedern praktiziert wurde. Heute ist sie Ärztin für Naturheilkunde, arbeitet an der *Oregon Health & Science University* in der Abteilung für Neurologie und ist Direktorin des *Institute of Noetic Sciences*, das sich mit der wissenschaftlichen Erforschung paranormaler Phänomene und übersinnlicher Wahrnehmung beschäftigt. Helané Wahbeh lebt mit ihrem Mann

HELANÉ WAHBEH

DAS GROSSE
BUCH VOM
CHANNELN

HELANÉ WAHBEH

**DAS GROSSE
BUCH VOM
CHANNELN**

Die Verbindung zur Geistigen Welt –
warum sie existiert und wie wir
sie nutzen können

Aus dem amerikanischen Englisch
übertragen von Juliane Molitor

Ansata

Für Mícheál und Mateen

*Mögen Kinder überall auf der Welt das Gefühl haben,
gehört, geliebt und unterstützt zu werden,
wenn sie von ihren Channeling-Erfahrungen erzählen.*

INHALT

Vorwort	9
Einleitung: Meine Suche nach Antworten	13
1 Was ist Channeling?	31
2 Ist es eine Gabe oder eine psychische Erkrankung?	46
3 Wie häufig kommen diese Erfahrungen vor?	67
4 Ist gechanneltes Material echt?	82
5 Wie funktioniert Channeling?	111
6 Was haben Channel-Medien gemeinsam?	140
7 Woher kommt die Information?	159
8 Finden Sie Ihre einzigartige noetische Signatur	182
9 Den Inhalt mit der eigenen Absicht lenken	208
10 So channeln Sie täglich zu Ihrem persönlichen und dem Wohle aller	231

Schlussbemerkung	251
Glossar der Channeling-Begriffe	254
Anmerkungen	258
Quellen	264
Dank	299
Die Autoren	301
Das Institute of Noetic Sciences	302

VORWORT

In den letzten Jahrzehnten konnten wir erleben, dass sich unser Verständnis von der Beziehung zwischen Geist und Gehirn sowie der Natur des Bewusstseins in außergewöhnlicher Weise erweiterte. Wie der geistreiche Beobachter der menschlichen Psyche, der Psychologe William James, zu Beginn des 20. Jahrhunderts bemerkte, braucht es noch etwas *mehr*, um die ganze Bandbreite der menschlichen Erfahrung zu erklären. Das Zusammenführen zahlreicher Beweisreihen aus vielen verschiedenen Gebieten weist die heutige Bewusstseinswissenschaft auf eine bemerkenswerte Erkenntnis hin: Wir können nicht mehr einfach davon ausgehen, dass außergewöhnliche Erfahrungen so eine Art Nebenwirkung der Anordnung von Materie im physischen Gehirn sind. Vielmehr spielt der Geist eine entscheidende Rolle bei der Bestimmung der Realität.

Diese Gedankenrevolution umfasst auch die Neurowissenschaft des Bewusstseins (vor allem das »harte Problem« des Bewusstseins [nämlich die Frage, wie aus physikalischen Hirnzuständen Bewusstsein entsteht], anscheinend ein unüberwindbares Problem für den konventionellen Physikalismus). Weitere Gebiete sind Geistesphilosophie, Psychologie und Parapsychologie (insbesondere zahllose Beispiele für *nichtlokales Bewusstsein*) und die kontraintuitiven, aber bestens demonstrierten Aspekte der Quantenphysik (speziell *Superposition* und *Verschränkung*).

Das Buch, das Sie in Händen halten, bietet einen stringenten Ansatz zur wissenschaftlichen Untersuchung einer menschlichen

Fähigkeit, die als *Channeling* bekannt ist. Dieser eher vage Sammelbegriff bezieht sich auf zahlreiche menschliche Aktivitäten, die sich aus unserer Fähigkeit ergeben, als fühlende Wesen eine ursächlich mentale Schicht des Universums anzuzapfen – in der Parapsychologie als *nichtlokales Bewusstsein* bekannt. Zu diesen Fähigkeiten gehören Telepathie (Geist-zu-Geist-Kommunikation, Gedankenübertragung), Präkognition (Wissen über die unmittelbare Zukunft), Vorahnung (Gewahrsein der unmittelbaren Zukunft durch das emotionale und autonome Nervensystem), Hellsehen (einschließlich Fernwahrnehmung, Aura-Lesen, Kommunikation mit Tieren und mehr) sowie Intuition oder Hellfühligkeit. Diese Channeling-Aspekte schließen den Erwerb von Informationen ein, die über die Reichweite der herkömmlichen physischen Sinne hinausgehen. Manche Formen des Channelings haben auch mit unserem Willen, die Welt zu beeinflussen, zu tun, wie Fernbeeinflussung, Fernheilung und Psychokinese.

Das Sammeln von Channeling-Erfahrungen spielt eine entscheidende Rolle, wenn es darum geht, die Revolution der Bewusstseinswissenschaft voranzubringen. Helané Wahbeh, die Autorin dieses Buches, ist in einer Familie von Channel-Medien aufgewachsen, die ihre Fähigkeiten dadurch förderten, dass sie zahlreiche Techniken und Erfolge mit ihr teilten. Solche soliden Erfahrungen waren in ihrer Interaktion mit der Welt selbstverständlich. Daher überraschte es sie, dass nicht jeder an ihre Brauchbarkeit glaubte. Sie verfeinerte ihre persönlichen Fähigkeiten durch Interaktionen mit den Trance-Channel-Medien in ihrer Verwandtschaft sowie eine aktive und regelmäßige Meditationspraxis. Ihre ursprüngliche Ausbildung als naturheilkundliche Heilerin ergänzte sie durch ein akademisches Studium der Achtsamkeitsmeditation. Ihre wissenschaftliche Arbeit wurde unterstützt durch ein Stipendium der National Institutes of Health (NIH). Diese Arbeit führte schließlich dazu, dass sie dem Institute of Noetic Sciences (IONS) beitrug, einem Forschungsinstitut, gegründet

von dem Astronauten Dr. Edgar Mitchell, der 1971 bei seiner Rückkehr zur Erde an Bord der Apollo 14 eine Erscheinung hatte.

Helané Wahbeh wurde klar, dass eine Tätigkeit als Forschungsleiterin am IONS ihre akademische Karriere gefährden konnte, gerade weil sie so außergewöhnlich aufgeschlossen war. Mit sehr schwierigen und bisher ungelösten Problemen, die etwas mit der unermesslichen Natur des Bewusstseins zu tun haben, setzen sich weniger mutige wissenschaftliche Mainstream-Akademiker nicht auseinander. Sie aber wollte nicht den Rest ihres Lebens damit verbringen, eingeschränkte Forschungen zu betreiben, die sich nicht mit den großen Problemen befassen, welche sie wissenschaftlich für durchaus zugänglich hielt. Das Ergebnis ihrer Zusammenarbeit mit dem IONS ist dieses wunderbare und informative Buch.

Forschungsergebnisse legen nahe, dass alle Menschen über Channeling-Fähigkeiten verfügen und dass die beständige und regelmäßige Anwendung bewährter Techniken jedem Einzelnen helfen kann, diese normalerweise latent vorhandenen Begabungen weiterzuentwickeln. Dieses Buch ist ein hervorragender Ausgangspunkt für die individuelle Arbeit und ein nützlicher Leitfaden für die fortgeschrittene Praxis. Seit meiner Nahtoderfahrung im Jahr 2008 ist das regelmäßige Nach-innen-Gehen fester Bestandteil meines täglichen Lebens. Unmittelbares Wissen über die grundlegende Natur des Geistes steht uns allen zur Verfügung, und unzählige Methoden und Techniken helfen uns, es zu erwerben.

Genau wie die medizinische Wissenschaft in der Wirkung eines Placebos ein starkes Beispiel dafür erkannt hat, dass der Geist über die Materie triumphiert und dies wiederum einen Einfluss auf unsere Gesundheit hat, erkennt nun auch die wissenschaftliche Gemeinde als Ganzes den vorherrschenden Einfluss des Bewusstseins auf unser Leben und unsere Wirklichkeit. Das zeigen die jüngsten Entwicklungen in der Bewusstseinswissenschaft,

die Channeling als nützliche menschliche Fähigkeit voll und ganz unterstützt.

Also schnallen Sie sich an und bereiten Sie sich auf eine spannende, informative Reise zu den höheren Aspekten des menschlichen Potenzials vor, die dieses ebenso faszinierende wie praktische Buch offenbart.

Eben Alexander, MD
Neurochirurg und Autor von
Blick in die Ewigkeit,
Tore ins unendliche Bewusstsein und
Vermessung der Ewigkeit

EINLEITUNG

MEINE SUCHE NACH ANTWORTEN

Ich bin Klinikerin, Akademikerin und forschende Naturwissenschaftlerin. Als Akademikerin hätte ich mir niemals vorstellen können, ein Buch über die Wissenschaft des Channelings zu schreiben. Die akademische Welt akzeptiert Channeling nicht. Dank des Institute of Noetic Sciences – wo ich Forschungsleiterin bin – vermag ich meine Leidenschaft mit meiner akademischen Ausbildung zu kombinieren und Ihnen eine Botschaft zu übermitteln, die Ihre Vorstellung von Channeling, Ihren Fähigkeiten und davon, wie Sie diese in Ihrem Leben und für die Ziele der ganzen Menschheit einsetzen können, verändern kann.

Die meiste Zeit meines Lebens versteckte ich meine Channeling-Fähigkeiten gut. Offenbar machen viele andere es genauso. Immer wieder kommen Leute nach Vorträgen auf mich zu oder schicken mir private E-Mails mit etwa folgendem Inhalt: »Ich danke Ihnen sehr. Wissen Sie, ich habe diese Erfahrung gemacht, von der ich noch nie jemandem erzählte ...« Dann berichten sie über ihre geheime Channeling-Erfahrung. So viele Menschen hatten solche Erlebnisse, behalten sie aber wegen kultureller Tabus für sich. Bei diesen Tabus handelt es sich um soziale oder religiöse Gepflogenheiten, die dazu führen, dass Menschen jedes Gespräch über eine spezielle Praxis oder ein spezielles Thema abblocken oder verweigern und es generell ablehnen, sich mit einer bestimmten Person, einem Ort oder einer Sache zu beschäftigen. Die Tatsache, dass Sie diese Zeilen lesen, bedeutet, Sie sind neugierig auf das Channeling und bereit, die Tabus zu ignorieren und sich näher

mit dem Thema zu beschäftigen. Vielleicht haben Sie eine Channeling-Erfahrung gemacht und sind deswegen verwirrt oder haben Angst davor. Wenn ja, will dieses Buch Ihnen sagen: »Nein, mit Ihnen ist alles in Ordnung, und hier sind die Beweise dafür.«

Möglicherweise channeln Sie regelmäßig, sind aber frustriert, weil es nicht möglich zu sein scheint, mit anderen darüber zu sprechen. Vielleicht hatten Sie bisher nichts, was Sie vorweisen konnten, um Ihr Channeling zu untermauern. Jetzt können Sie dieses Buch hochhalten und sagen: »Seht mal, andere Menschen haben auch solche Erfahrungen gemacht. Sie kommen sogar ziemlich häufig vor. Hier steht drin, was wir darüber wissen und wie es funktioniert.«

Falls Sie noch nie eine Channeling-Erfahrung gemacht haben und einfach neugierig sind, bietet Ihnen dieses Buch allgemeine Hintergrundinformationen darüber, was wir heute aus wissenschaftlicher Sicht über das Channeling wissen. Sie finden hier zwar keine umfassende oder vollständige Übersicht über alles, was mit Channeling zu tun hat, aber wenn Sie das Buch lesen, bekommen Sie einen umfassenden Eindruck von der Forschung zum Thema »Channeling«.

Haben Sie noch keine Channeling-Erfahrung gemacht, würden es aber gern einmal ausprobieren, werden Sie lernen, die entsprechenden Fähigkeiten zu entwickeln. Was immer Sie motiviert, dieses Buch zu lesen, Sie werden ein Stück von dem, wonach Sie suchen, finden oder auf Ihrem Weg zumindest in die richtige Richtung gelenkt werden.

EIN ÜBERBLICK ÜBER MEIN LEBENSWERK

Ich möchte mich vorstellen, indem ich ein wenig über meinen wissenschaftlichen Hintergrund berichte. Meinen Bachelorabschluss in Anthropologie machte ich an der University of California,

Berkeley, wo ich auch Vorbereitungskurse für ein Medizinstudium absolvierte. Ich bin klinisch ausgebildet und habe einen naturheilkundlichen Dokortitel von der National University of Natural Medicine. Naturheilkundliche Ärzte oder NDs sind als Hausärzte ausgebildet und halten sich in ihrer Praxis an sechs Grundsätze: Der Körper hat die angeborene Fähigkeit, sich selbst zu heilen (*vis medicatrix naturae*); behandle die Ursache der Krankheit (*tolle causam*); nicht schaden steht an erster Stelle (*primum non nocere*); der Arzt ist auch Lehrer (*docere*); behandle den ganzen Menschen; arbeite präventiv. Mit dieser Philosophie setzen NDs verschiedene Werkzeuge ein, um Menschen zu optimaler Gesundheit zu verhelfen. In meiner Privatpraxis hatte ich mich auf Geist-Körper-Medizin, einschließlich Meditation, spezialisiert.

Ich erhielt eine umfangreiche Meditationsausbildung. Unter anderem wurde ich von Jon Kabat-Zinn als Lehrerin für Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion ausgebildet, bekam eine vierjährige Meditationslehrerausbildung mit CoreLight (<http://www.corelight.org>) und entwickelte eine starke persönliche Übungspraxis. Meditation inspirierte mich, meine Privatpraxis aufzugeben und in die klinische Forschung zu gehen. Die Meditation hatte für meine Patienten und mich große Vorteile. Ich wollte mehr darüber erfahren, wie sie funktioniert und wie man sie effektiver einsetzen kann, um Menschen zu helfen.

Ich beendete zwei Studien mit Postdoc-Forschungsstipendien: eine an meiner medizinischen Fakultät und eine weitere über das Oregon Center for Complementary and Alternative Medicine in Neurological Disorders, finanziert von den National Institutes of Health. Ich erhielt einen Karriereentwicklungspreis der National Institutes of Health und erlangte damit einen Master in klinischer Forschung an der Oregon Health and Science University. Mit diesem Stipendium wurde auch eine fünfjährige Studie finanziert, in der Achtsamkeitsmeditation bei Kriegsveteranen mit posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS) untersucht wurde.

In anderthalb Jahrzehnten akademischer Forschung führte ich zahlreiche klinische Studien mit Probanden aus verschiedenen Bevölkerungsgruppen durch, darunter Kriegsveteranen mit PTBS, gestresste ältere Erwachsene und Pflegekräfte von Demenzkranken. Ich nahm Speichel, Blut und Urin ab und maß Pupillen, Gehirn- und Herzwellen, Hautwiderstand und Temperatur. Ich habe die Probanden gestresst und entspannt und brachte ihnen das Meditieren bei. Ich beriet Gremien für die Vergabe staatlicher Subventionen ebenso wie institutionelle Prüfungskommissionen. Ich publizierte international über meine Studien zu Komplementär- und Alternativ- sowie Mind-Body-Medizin, Stress und PTBS und darüber, was sie mit Physiologie, Gesundheit und Heilung zu tun haben, und hielt Vorträge darüber.

Wegen dieses Hintergrunds und vieler synchroner Ereignisse wurde ich zuerst wissenschaftliche Mitarbeiterin und dann Forschungsleiterin am Institute of Noetic Sciences. Ich habe jetzt die Freiheit, das Channeling-Phänomen wissenschaftlich zu evaluieren. Bevor wir uns mit der Wissenschaft des Channelings und seiner Relevanz für die heutige Welt befassen, möchte ich Ihnen einen größeren Überblick über meine persönlichen Channeling-Erfahrungen geben. Ich glaube, dies vermittelt Ihnen einen Kontext für meine Motivation, mich eingehender mit dem Thema zu beschäftigen, und kann deutlich machen, wie ich es wahrnehme.

Dennoch fragen Sie sich vielleicht: »Sollten Wissenschaftler nicht völlig unvoreingenommen sein? Führt die Tatsache, dass Sie daran glauben und es erlebt haben, nicht dazu, dass Ihre Ergebnisse das wiedergeben, was Sie finden möchten?« Vielleicht, aber es gibt mir auch einen einzigartigen Blickwinkel auf das Studium des Channelings. Bitte glauben Sie nicht einfach, was ich sage. Ich lade Sie ein, dieses Buch zu lesen und sich diese Frage selbst zu beantworten. Dies waren meine ersten Schritte auf dieser Reise.

MEINE ERSTEN KONTAKTE MIT DEM CHANNELING

Meiner akademischen Biografie können Sie nicht entnehmen, dass ich einer langen Reihe von Trance-Channel-Medien entstamme. Auch nicht, dass jedes einzelne Mitglied meiner Familie mütterlicherseits Channeling-Fähigkeiten hat. Meine Großmutter sorgte für allgemeine Überraschung, als sie im Alter von fünfzehn Jahren in Trance fiel. Meine Großmutter war das, was manche ein »Trance-Channel-Medium« nennen würden. Solche Medien geraten in entrückte Zustände und glauben, dass sie ihren Körper als »Vehikel« für ein nichtphysisches »Wesen« zur Verfügung stellen, damit dieses direkt durch sie kommunizieren kann, und zwar durch Sprechen, Schreiben oder Bewegung. Meine Großmutter konnte die Kontrolle über ihren Körper aufgeben und einem anderen »Wesen« erlauben, ihn zu kontrollieren. Sie war sich in Trance nicht bewusst, was mit ihrem Körper geschah. Sie beschrieb es als ein Beiseitetreten und »In-sich-selbst-Einschlafen«, während ein anderes »Wesen« den Platz ihres Geistes einnahm. Es übernahm ihre Stimme und ihre Bewegungen. Und obwohl sie »schief«, fühlte sie sich absolut sicher.

Meine Mutter ist auch ein Trance-Channel-Medium. Mein Onkel wurde an der John F. Kennedy University auf psychokinetische Fähigkeiten getestet und channelte durch automatisches Schreiben ein Buch.¹ Automatisches Schreiben ist eine Art von Channeling, bei dem eine Person bedeutungsvolle Aussagen handschriftlich zu Papier bringt, und zwar ohne sich vorher bewusst Gedanken darüber gemacht zu haben.

Ich beobachtete meine erste »Channeling-Versammlung«, als ich zehn Jahre alt war ... im Haus meiner Großeltern. Meine Mutter ging schon lange zu diesen »Meetings«. Ich wusste nicht, was es damit auf sich hatte, außer dass meine Eltern unterschiedlicher Meinung darüber waren. Meine Verwandten väterlicherseits waren gottesfürchtige orthodoxe Christen. Wir gingen jeden

Sonntag zur Kirche. Daher kam die esoterische Natur dieser Versammlungen bei meinem Vater überhaupt nicht gut an.

Als ich zum ersten Mal an einer solchen Versammlung teilnahm, gab mir meine Mutter weder eine Einführung noch Informationen über den Kontext oder darüber, was passieren würde, wenn wir dort ankamen. Wir gingen ins Wohnzimmer meiner Großeltern. Dort saßen etwa vierzig Leute hintereinander in Kreisen. Mein Onkel, der Bruder meiner Mutter, hatte die Aufmerksamkeit aller. Er sprach ganz anders, als ich es von ihm gewohnt war, ausschließlich in Reimen. Es war offensichtlich, dass derjenige, der da sprach, nicht wirklich mein Onkel war. Ich stand ganz hinten und lauschte. Ich war aufgeregt, hatte aber auch Angst.

Ich fragte mich: »Könnte, wer auch immer durch meinen Onkel spricht, auch durch mich sprechen? Könnten sie einfach in mich hineinspringen und meinen Körper übernehmen? Könnte ich ein Channel-Medium sein? Könnten sie mir oder meinem Onkel oder meiner Großmutter schaden? Ist dies alles wirklich wahr und real?« Auf einer bestimmten Ebene fühlte es sich völlig natürlich an. Ich hatte das Gefühl, dass an dem Prozess etwas Wahres ist, und spürte eine Resonanz mit dem Inhalt. Ich spürte ein inneres oder *noetisches* Wissen. Der Begriff »Noetik« ist abgeleitet vom altgriechischen *noetikós* (»das Denken betreffend«) und bedeutet so viel wie »innere Weisheit«, »direktes Wissen«, »Intuition« oder »implizites Verstehen«. Ich konnte nicht mit Worten beschreiben, warum ich dachte, dies sei echt. Ich spürte es einfach. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie mein Onkel die verschiedenen Stimmen, die Eigenheiten, den Akzent und vor allem dieses Wissen hätte vortäuschen können. Er hatte zu dieser Zeit gerade mal Abitur, und einige der Kenntnisse, die er in Trance teilte, gingen weit über sein damals aktuelles Bildungsniveau hinaus. Gleiches galt für meine Großmutter. Sie und mein Onkel sprachen beim Channeln manchmal Sprachen, die sie gar nicht kannten. Meine Verwandten hatten kein Motiv, das Channeling

zu fälschen, und ich glaubte wirklich nicht, dass sie sich so etwas ausgedacht hätten.

Bei den wöchentlichen Versammlungen saßen wir im Kreis und warteten darauf, dass das gechannelte »Wesen« durchkam. Das fand ich faszinierend und erschreckend zugleich – diese Fremdheit des Ganzen. Manchmal kamen bestimmte Botschaften an mich durch. Ich erinnere mich heute nicht mehr an die Inhalte selbst, wohl aber daran, dass dies eine sehr bedeutungsvolle Zeit in meinem Leben war. Beispielsweise hatte ich im Alter von sechzehn Jahren einen Reitunfall und danach so entsetzliche Schmerzen, dass ich nicht mehr gehen konnte. Mein Onkel ging in einen Channeling-Zustand und bearbeitete meinen Rücken. Seine Hände waren ganz heiß! Ich spürte, wie Hitze und Energie durch meinen Körper strömten. Nach einer gefühlt sehr langen Sitzung, die etwa dreißig Minuten dauerte, hatte ich keine Rückenschmerzen mehr und konnte problemlos gehen. Die »Versammlungen« hinterließen bei mir den Eindruck, dass es unsichtbare Bereiche gibt, die meine normalen Sinne nicht wahrnehmen konnten. Dies waren Vorstellungen, die weder in der Schule noch in der Kirche noch anderswo oder von anderen Institutionen, mit denen ich in Berührung kam, vermittelt wurden.

Mein Großvater betrachtete es als seine Lebensaufgabe, unser spirituelles Selbst zu enträtseln und zu untersuchen, was mit uns passiert, nachdem wir gestorben sind. Basierend auf seinen Recherchen und Erkenntnissen, schrieb er ein Buch mit dem Titel *Life After Death*. Und weil ich in dieser Atmosphäre aufwuchs, war mir klar, dass meine Familienmitglieder einige Dinge über Trance-Channeling glaubten.

1. Ihr Trance-Channeling war einvernehmlich. Sie konnten jederzeit Nein dazu sagen oder damit aufhören.
2. Sie legten mit voller Absicht fest, dass nur positive »Wesen« von einer höheren Ebene durch das Channel-Medium kommen.

3. Sie wurden von Geistführern bewacht. Diese fungierten als Torwächter und bestimmten darüber, welche »Wesen« hereinkamen. Die einzige Aufgabe dieses Geistführer-Teams bestand darin, die ihnen zugewiesenen Menschen für ihr wahres Selbst zu wecken und auf den Weg zu führen, den ihr höheres Selbst für sie ausgewählt hat.
4. Sich selbst als von weißem Licht und reinen liebevollen Absichten umgeben vorzustellen diente als Schutz. Dadurch wurde sichergestellt, dass böswillige Energien oder »Wesen« ihnen keinen Schaden zufügen konnten. Hintergrund dafür war die Annahme, dass manche »Wesen« mit »niedrigeren« Schwingungen keine positiven Absichten haben und sie möglicherweise verletzen könnten.

Viele Jahre später gab es keine Versammlungen mehr. Meine Mutter und ich hielten aber weiterhin regelmäßig gemeinsame Channeling-Sitzungen ab. Im Laufe dieses Prozesses kommunizierten verschiedene verstorbene Familienmitglieder durch sie und erzählten mir Dinge, die meine Mutter unmöglich hatte wissen können. Einmal, nachdem meine beiden Großeltern gestorben waren, sprach meine Großmutter durch meine Mutter. Als sie noch lebte und dem Tod nah war, hatte ich ein privates Gespräch mit ihr. Sie sprach über ihre Angst vor dem Sterben. Im Leben war sie gern mit meinem Großvater verheiratet. Dennoch war sie nicht begeistert von der Vorstellung, bis in alle Ewigkeit mit ihm verheiratet zu sein. Sie glaubte, dass sie auf ihre religiöse Erziehung reduziert würde. Ich hatte Verständnis für ihre Sorgen und versuchte, sie zu trösten, so gut es ging. Ich hatte niemandem von diesem Gespräch erzählt. Kurz nachdem sie gestorben war, kommunizierte sie über meine Mutter mit mir. Sie sagte mir im Vertrauen: »Weißt du, ich habe mir umsonst Sorgen gemacht. Auf dieser Seite sind wir nicht verheiratet. Wir sehen uns ab und zu, aber er macht sein Ding und ich meins.« Sie war sehr erleichtert und glücklich.

Manche mögen einwenden, dass meine Mutter diese Information außersinnlich aus meinem eigenen Geist aufgegriffen und zu mir zurück»gechannelt« habe. Vielleicht ist das so. Und vielleicht überlebte das Bewusstsein meiner Großmutter ihren physischen Tod, und sie selbst kommunizierte mit mir. Im Moment versuchen wir noch herauszufinden, ob und wie wir diese beiden Möglichkeiten testen können. Unabhängig davon ist es bemerkenswert, dass meine Mutter channelte, was mir meine Großmutter im Vertrauen mitteilen wollte.

WIE ICH MEINE CHANNELING-FÄHIGKEITEN ENTWICKELTE UND ANWANDTE

Meine ganz persönliche Erfahrung mit Channeling ebnete und flutete durch mein gesamtes Leben. Ich war ein sehr sensibles Kind. Ich konnte die Gefühle anderer spüren. Ich war traurig, wenn andere traurig waren, und es fiel mir schwer, in Menschenmengen zu sein. Ich hatte auch Angst vor der Dunkelheit, weil ich dachte, es gebe Dinge um mich herum, die ich nicht »sehen« konnte; aber ich konnte spüren, dass sie da waren. Ich wollte, dass immer ein Licht angelassen wurde.

Ich wuchs in der Blütezeit der New-Age-Bewegung in Kalifornien auf und war begeistert, allenthalben etwas über Kristalle, Aura-Lesen und außersinnliche Fähigkeiten zu erfahren. Ich war fasziniert von der Idee, dass ich mehr als fünf Sinne haben und Informationen jenseits davon aufnehmen könnte. Ich übte, mich mental mit meinen Geistführern zu verbinden. Ich bat sie bei vielen Fragen um Rat – von banalen Entscheidungen, etwa welche Party ich am Freitagabend besuchen sollte, bis hin zu lebensverändernden, wie welches College ich besuchen sollte. Die Ratschläge waren meistens sinnvoll und haben mich unterstützt. Ich war mir nicht ganz sicher über ihre Quelle, aber ich spürte ein

noetisches Vertrauen in die Informationen, die ich erhielt. Dieses Gefühl wurde verstärkt, weil mich die Informationen konsequent unterstützten und sich als wahr herausstellten.

Auch wenn ich kein Trance-Channel-Medium war wie meine Mutter, meine Großmutter oder mein Onkel, hatte ich erweiterte menschliche Fähigkeiten, die ich als Channeling-Fähigkeiten sah. Sehr oft bekam ich Schüttelfrost, wenn ich Informationen erhielt, die in mir als die Wahrheit anklangen. Ich konnte die gegenwärtigen, vergangenen oder zukünftigen körperlichen und emotionalen Zustände anderer *fühlen*, ohne mich allein auf meine fünf Sinne verlassen zu müssen. Zum Beispiel erzählte eine Freundin von einer bevorstehenden Entscheidung, die sie treffen musste. Ich bekam Gänsehaut am ganzen Körper, als sie davon sprach, sich für die eine Option und gegen die andere zu entscheiden. Ich riet ihr, diese Option zu wählen. Sie tat es und wurde mit Freude, Frieden und Leichtigkeit in ihrem Leben belohnt. So etwas erfuhr ich immer wieder in den verschiedensten Zusammenhängen.

Ich konnte mich auch mental mit meinen Geistführern verbinden. Ich saß still in Meditation. Sobald mein Geist ganz ruhig war, bat ich sie um Unterstützung. Ich stellte zunächst Ja-Nein-Fragen und hörte innerlich ein Ja oder ein Nein. Dann konnte ich komplexere Fragen stellen und entsprechende Antworten vernehmen. Waren diese Stimmen in meinem Kopf nur ein Aspekt meiner selbst und kein anderes »Wesen«, das mit mir kommunizierte? Vielleicht, obwohl es für mich im Grunde keine Rolle spielte, weil die Führung immer liebevoll und fürsorglich war und mich auf einen positiveren Weg durch mein Leben führte.

Ich hatte manchmal auch ein inneres Wissen über einen Ort, eine Person, ein Ereignis, einen Vorfall oder bekam eine Information über etwas, was ich unmöglich hatte wissen können. Dies geschah am häufigsten, wenn ich mit Patienten in meiner privaten Naturheilpraxis war. Natürlich hatte ich jeweils eine vollständige Anamnese durchgeführt und alle Symptome überprüft. Ich

erhielt aber auch einen »Download« über eine aktuelle oder vergangene Lebenssituation, die etwas mit dem aktuellen Gesundheitszustand der Betroffenen zu tun hatte. Ich fragte die Patienten danach, und sie reagierten fast immer emotional, fühlten sich befreit oder bestätigten unterdrückte Emotionen im Zusammenhang mit der Situation. Ihre Gesundheit verbesserte sich unweigerlich durch eine solche Sitzung mit dem Ziel, die Emotionen loszulassen.

In ähnlicher Weise »sah« ich Dinge in ihrem Körper, wahrscheinlich nicht in ihrem physischen Organismus selbst, sondern als energetische Überlagerung in dessen unmittelbarem Umfeld. Diese schwarzen Flecken oder Blöcke verwiesen auf Bereiche ihres biologischen Systems, die Unterstützung oder Heilung brauchten. Ihre Gesundheit verbesserte sich, als ich die Ungleichgewichte mit verschiedenen klinischen Mitteln behandelte. Ich sprach selten darüber, dass ich meine klinischen Fähigkeiten mit Channeling-Fähigkeiten ergänzte. Ich fühlte mich damals einfach unwohl, wenn ich mich dazu äußerte. Aber die Ergebnisse waren nicht zu leugnen, also channelte ich weiterhin – in meinem privaten und meinem beruflichen Leben.

Zahlreiche Methoden stärkten meine Fähigkeit, auf die Informationen und die Energie zu hören, die mir durch Channeling zur Verfügung standen. Dazu gehörte auch die angewandte Kinesiologie. Ich stellte innerlich eine Frage und testete dann die Kraft anhand des sogenannten Fingerringtests, bei dem Zeige- oder Mittelfinger und Daumen zu einem Ring zusammengefügt werden. Ein Ja wurde durch einen festen Halt signalisiert, ein Nein durch eine Unterbrechung der Verbindung zwischen den beiden Fingern. Diese Methode aus der angewandten Kinesiologie machte es mir möglich, ein tieferes Wissen über meinen Körper zu erlangen.²

Auch Meditation war eine kraftvolle Methode zur Unterstützung meines Channelings. Den Geist klären und fokussieren zu

können schafft eine mentale Stille, die es ermöglicht, Führung leichter zu bemerken. Sie befähigt dazu, genauer hinzuhören und mehr zu hören, als unser gewöhnlicher, täglich funktionierender Geist wahrnehmen kann. Reiche und sehr alte schamanische Traditionen und Journeywork unterstützten mich ebenso wie das Experimentieren mit verschiedenen Methoden zur Reinigung meines gesamten Systems, Fasten eingeschlossen. Am wichtigsten für meine Channeling-Entwicklung war der Prozess des Klärens persönlicher, egoistischer Muster mit den CoreLight-Methoden. Mit Verarbeitungstechniken beseitigte ich Hindernisse, die bei mir den klaren Empfang von Informationen blockiert hatten. In Kapitel 10 lernen Sie Methoden kennen, mit denen Sie Ihr eigenes Channeling fördern können.

ICH BEKENNE MICH ZUM CHANNELING

Nach ein paar Jahren in privater naturheilkundlicher Praxis schloss ich mich der Forschungsabteilung einer akademischen Universität an, um Achtsamkeitsmeditation und ihre Wirkung zu erforschen. Zu dieser Zeit fand die Meditationsforschung kaum Beachtung. Meditationstechniken in ein klinisch-akademisches Umfeld zu integrieren und Mittel für die Meditationsforschung zu beschaffen war ein ständiger Kampf. Ich brauchte Jahre, um meine Abteilung zu überzeugen, mir die Erlaubnis für die Leitung eines Kurses zur achtsamkeitsbasierten Stressreduktion im Krankenhaus zu geben.

Erstaunlicherweise bewilligten die National Institutes of Health meinen Antrag auf ein Stipendium, um Achtsamkeitsmeditation bei Kriegsveteranen mit posttraumatischer Belastungsstörung zu untersuchen. Als ich die Veteranen zu ihrem Trauma befragte, fiel mir auf, dass der Stress der Veteranen hauptsächlich emotionaler und sogar spiritueller Natur war. Ich »sah« auch Geister um sie

